

## 壹、前言

### 一、研究動機與目的

大學生鄭捷的捷運殺人事件，引起相當大的震撼與恐懼，精神科醫師王浩威（2014）指出：「來自內心世界從沒有真正被注意到，孩子自身，屬於人最重要的部分，不知不覺地不存在於我們的世界中，成了『透明的存在』。」面對這種將人視為「透明的存在」，令人不得不去正視家庭與學校教育出了什麼問題？

近 70 年來，臺灣大學教育目標向來重視專才優於通才（郭丁熒，2013, p. 23），強調專業知能的培養；然因大學院校數從 1950 年代的四所，增加到 101 學年度的 148 所（教育部統計處，2014），大學之門廣開，資源分散，為求生存，教育品質很難堅持（陳一姍，2010）。致使教育被認為是風險產業且需要被管理，因此風險管理、指引的發展與使用、不同標準作業流程以及治理（例如成套的方案、測驗與專業發展）被運用至教育，這些企業模式被運用到治理教育後，造成教育商品化，教育人員表現得如同商品盲從者（Hardy, 2015, p. 377），從陳震遠論文遭國際知名期刊撤銷案，也凸顯大學在注重績效評鑑制度下，將知識份子弱化了（夏學理，2014）。而大學生在強調專業知能與績效的大學教育培育下，也成了「失去靈魂的優秀」（Lewis, 2006/2007, p. 311），這與「透明的存在」異曲同工，直指對大學生自身的主體之忽視。為解決此問題，哈佛大學哈佛學院院長 Lewis（2006/2007, p. 311）呼籲大學要回歸教育的本質，讓教育的過程為自我發現的過程。在臺灣有心人士也發起成立「還孩子做自己的行動聯盟」（2014）。

不管孩子或大學生，要如何自我發現與做自己呢？早在希臘，「關懷自身」(to be concerned with oneself) 便是社會和個人的行為，以及生命藝術的主要規則之一（Foucault, 1988a, p. 19），關懷自身不是要關照肉體或是身外之物，而是要關照自身的幸福、心靈的寧靜、身體健康或自我的改變（黃瑞祺，2003, p. 16）。而近來，反身性社會學（sociology of reflexivity）也著重在探索自我意識和反省建構身分認同的能力，並確定自我意識的價值（Warin, 2015, p. 690）。

至於要如何關照自身？則可透過自身技術（technologies of self）。Foucault（1988a, p. 18）指出：「自身技術是讓個體藉由他們自己的方法或是別人的幫助，來對他們自己的身體、靈魂、思想、行為和存有方式進行一些操作；以致於能夠轉化他們自己，使達到快樂、純真、智慧、完美或不朽的狀態」，更通俗地說，自身技術就是做人的藝術（高宣揚，2004, p. 5）或修養論（何乏筆，2003, p. 76）。可見自身技術強調主體性與主動性，不但是追求自我創造，也是自我的意識覺察與深思熟慮的轉化，是涉及治理自我的美學工作，將有助於個人或大學生做自己。

人從出生到死亡的過程中，發生無數的重要事件，而對日後人生影響最廣的事件，大都發生在 20-29 歲之間，可見此一階段是人生發展的關鍵時期（Jay, 2012/2014, pp. 17, 31）。而大

學生正處於此關鍵階段之始，他們關心什麼？運用哪些自身技術？則關係自己未來人生的開創。有關大學生關懷自身之探討，郭丁熒（2014, p. 1）分析提出大學生關心、在意的事項相當多元且全面，從微觀個人內在信念到鉅觀生態環境，並可歸納為身體、精神、學習、出路<sup>1</sup>、休閒<sup>2</sup>等五個向度，惟該研究只針對關心事項（what）、關心時間（when）、關心原因（why）進行瞭解，尚未對如何覺察（how）之自身技術進行探討。至於自身技術之探討，以哲學的論述性分析較多，實證研究不但為數較少，且多為國外文獻（Birnbaum, 2008; Britton & Baxter, 1999; Cahill, 2012; Hodges, 2004; Infinito, 2003; Slifkin, 2001）。郭丁熒（2015）曾以大學生的自身技術為焦點，透過發展評量大學生自身技術的研究工具，對自身技術之內涵與類型進行建構與瞭解。為進一步釐清在人生重要發展階段的大學生運用自身技術之現況，本研究乃運用研究者所編製之工具，針對大學生運用自身技術之現況進行探討。詳言之，本研究之目的如下：

- （一）探討大學生運用自身技術之現況。
- （二）比較不同背景變項大學生的自身技術之差異情形。

## 貳、文獻探討

### 一、自身與自身技術

Foucault 提出以四種技術來讓人類瞭解自己，早年的知識考古學，屬於生產技術和符號系統技術，權力系譜學是屬於權力技術，晚年的倫理學則屬於自身技術，從 Foucault 的思想進路來看，可發現他是逐漸擺脫權力與知識論的禁錮雕塑，轉向雕塑自身，求得自身的知識，以恢復主體自由自主的地位（鄭文勝，郭丁熒，2008, p. 41；Foucault, 1988a, p. 18）。

Foucault（1984/1988b, p. ix）曾言：「不要問我是誰，也不要要求我維持不變。」對於主體的看法，Foucault 在《主體詮釋學》一書中提到：「真實的知識形式在發揮作用時，不會總是相同的，這也意味著透過特定反身性形式所構成的主體，或是關注自身形式所構成的主體，是會被修改的、變動的、沒有普遍一致的意義」（Foucault, 2001/2006, p. 462）。此外，他也提到他在意的是自我轉化的問題，因為一個人的自我被其所知的知識所轉化，是相當接近美學的經驗（Foucault, 1984/1988b, p. 14）。可見 Foucault 對自身或主體的看法，反映出後結構所強調自我的流動性、社會情境性及建構一致性自我的時間取向（Warin, 2015, p. 690），凸顯主體能自我轉化的主體性。

而對於「一個人要如何生活？」，Foucault（1996, p. 451）認為服從於一種規範的倫理道德理念逐漸消失，取而代之的，是追尋一種生存美學。即由強迫的規範取向道德（code-oriented

<sup>1</sup> 原命名為「工作／家庭」。

<sup>2</sup> 原命名為「休閒／環境」。