

多變職涯、職涯自我管理與工作生活平衡關係之研究

黃雅婷、張秋蘭

E-mail: 322118@mail.dyu.edu.tw

摘要

在現代職涯的探討中，角色多變職涯被認為是決定工作生活平衡的一個重要因素。基於此本研究特別探究角色多變職涯、職涯自我管理與工作生活平衡(工作干預個人生活、個人生活干預工作和工作/個人生活豐富化)間的關係並加以檢驗。本研究針對中部四縣市連鎖便利商店進行調查，共收集188名店長的問卷。研究結果支持角色多變職涯是工作/個人生活豐富化的重要預測變項，並且職涯自我管理在這種關係中具有完全中介效果。自我導向是個人生活干預工作與工作/個人生活豐富化的預測因子，而事業發展可完全中介自我導向和個人生活干預工作以及工作/個人生活豐富化的關係。這些研究證實透過分析職涯態度形成的歷程，可以預測其對個人工作生活平衡的影響。

關鍵詞：角色多變職涯、職涯自我管理、工作生活平衡

目錄

內容目錄 中文摘要	iii	英文摘要	iii
iv 誌謝辭		v 內容目錄	
vi 表目錄		viii 圖目錄	
xi 第一章 緒論	1	第一節 研究背景	1
1 第二節 研究問題與目的	2	第三節 專有名詞定義	2
6 第二章 文獻探討	7	第一節 角色多變職涯與職涯自我管理	7
7 第二節 工作生活平衡	12	第三節 角色多變職涯、職涯自我管理與工作生活平衡	14
18 第三章 研究設計	21	第四節 連鎖便利商店	21
21 第一節 研究架構	21	第一節 研究架構	21
27 第二節 變項操作型定義及測量	21	第二節 研究對象與問卷發放	27
45 第三節 信效度分析	30	第三節 共同方法變異	45
49 第四節 統計方法	47	第四節 研究結果與分析	49
52 第一節 描述性統計分析	49	第一節 t 檢定與變異數分析	52
66 第二節 相關分析	66	第二節 階層迴歸分析	69
85 第三節 結論與建議	85	第一節 研究結論與討論	85
85 第一節 研究限制與未來研究建議	91	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
92 第二節 參考文獻	91	第三節 研究限制與未來研究建議	91
107 附錄A 研究問卷	107	第一節 研究限制與未來研究建議	91
20 表 2- 1四大連鎖便利商店的加盟條件	20	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
28 表 3- 1中部四大縣市加盟超商明細表	28	第三節 研究限制與未來研究建議	91
29 表 3- 2前測問卷之縣(市)別抽樣數量表	29	第一節 研究結論與討論	85
30 表 3- 3正式問卷之縣(市)別抽樣數量表	30	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
31 表 3- 4角色多變職涯之項目分析	31	第三節 研究限制與未來研究建議	91
32 表 3- 5角色多變職涯之因素分析和信度分析	32	第一節 研究結論與討論	85
33 表 3- 6職涯自我管理之項目分析	33	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
34 表 3- 7職涯自我管理之因素分析和信度分析	34	第三節 研究限制與未來研究建議	91
35 表 3- 8工作生活平衡之項目分析	35	第一節 研究結論與討論	85
36 表 3- 9工作生活平衡之因素分析和信度分析	36	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
37 表 3- 10工作壓力之項目分析	37	第三節 研究限制與未來研究建議	91
37 表 3- 11工作壓力之因素分析和信度分析	37	第一節 研究結論與討論	85
38 表 3- 12角色多變職涯之項目分析	38	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
39 表 3- 13角色多變職涯之因素分析和信度分析	39	第三節 研究限制與未來研究建議	91
40 表 3- 14職涯自我管理之項目分析	40	第一節 研究結論與討論	85
41 表 3- 15職涯自我管理之因素分析和信度分析	41	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
42 表 3- 16工作生活平衡之項目分析	42	第三節 研究限制與未來研究建議	91
43 表 3- 17工作生活平衡之因素分析和信度分析	43	第一節 研究結論與討論	85
44 表 3- 18工作壓力之項目分析	44	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
44 表 3- 19工作壓力之因素分析和信度分析	44	第三節 研究限制與未來研究建議	91
46 表 3- 20自變項和依變項CMV檢測結果	46	第一節 研究結論與討論	85
51 表 4- 1人口統計變項描述性分析	51	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
52 表 4- 2研究變項描述性分析	52	第三節 研究限制與未來研究建議	91
53 表 4- 3職位在主要研究變項的差異比較	53	第一節 研究結論與討論	85
54 表 4- 4性別在主要研究變項的差異比較	54	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
55 表 4- 5家中有無6歲以下子女在主要研究變項的差異比較	55	第三節 研究限制與未來研究建議	91
56 表 4- 6家中有無需勞心照顧者在主要研究變項的差異比較	56	第一節 研究結論與討論	85
57 表 4- 7店家類別在主要研究變項的差異比較	57	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
58 表 4- 8店家類別在主要研究變項的差異比較	58	第三節 研究限制與未來研究建議	91
59 表 4- 9年齡在主要研究變項的差異比較	59	第一節 研究結論與討論	85
60 表 4- 10婚姻狀況在主要研究變項的差異比較	60	第二節 管理意涵與研究貢獻	85
60 表 4- 11教育程度在主要研究變項的差異比較	60	第三節 研究限制與未來研究建議	91

研究變項的差異比較	61	表 4-12 工作總年資在主要研究變項的差異比較	62	表 4-13 擔任店長年資在主要研究變項的差異比較	63	表 4-14 每週工作時數在主要研究變項的差異比較	64	表 4-15 每週家庭時數在主要研究變項的差異比較	65	表 4-16 研究變項之平均數、標準差及相關係數分析表	68	表 4-17 角色多變職涯對工作生活平衡影響之階層迴歸分析表	74	表 4-18 角色多變職涯對工作生活平衡影響之階層迴歸分析表	75	表 4-19 角色多變職涯對工作生活平衡影響之階層迴歸分析表	76	表 4-20 職涯自我管理對工作生活平衡影響之階層迴歸分析表	77	表 4-21 職涯自我管理對工作生活平衡影響之階層迴歸分析表	78	表 4-22 職涯自我管理對工作生活平衡影響之階層迴歸分析表	79	表 4-23 角色多變職涯對職涯自我管理影響之階層迴歸分析表	80	表 4-24 角色多變職涯對職涯自我管理影響之階層迴歸分析表	81	表 4-25 角色多變職涯、職涯自我管理對工作生活平衡影響之階層迴歸分析表	82	表 4-26 角色多變職涯、職涯自我管理對工作/個人生活豐富化影響之階層迴歸分析表	83	表 4-27 角色多變職涯、職涯自我管理對個人生活干預工作、工作/個人生活豐富化影響之階層迴歸分析表	84	圖目錄 圖3-1 研究架構圖	21
---------------------	----	------------------------------------	----	-------------------------------------	----	-------------------------------------	----	-------------------------------------	----	---------------------------------------	----	--	----	--	----	--	----	--	----	--	----	--	----	--	----	--	----	---	----	---	----	--	----	--------------------------	----

參考文獻

一、中文部份

104創業網(2010), 超過八成上班族有創業意願 32.6%有六成以上信心指數能成功創業[線上資料], 來源: http://www.104boss.com.tw/boss_club/news_main.jsp?dest=view&choice=1347[2010, March 4]。 Byars, L. L., Rue, L. W., 黃同圳(2008), 人力資源管理:全球思維本土觀點(9版), 台北:麥格羅·希爾出版集團台灣分公司。 Noe, R. A., Hollenbeck, J. R., Gerhart, B., & Wright, P. M. (2008), 人力資源管理:全球經驗本土實踐(2版)(王精文譯), 台北:雙葉書廊有限公司, (原文於2007年出版)。 台灣電子地圖服務網(2010), 來源:cvs便利達康超商取貨服務[線上資料], 來源: <http://cvs.map.com.tw/>[2010, March 4]。 全家便利商店股份有限公司(2010), 全家FamilyMart加盟招募[線上資料], 來源: <http://www.family.com.tw/enterprise/franchise/index.aspx>[2010, March 4]。 吳宜寧(2010), 彈性工時對工作績效影響之研究以工作-家庭平衡為中介變項, 私立大葉大學人力資源暨公共關係學系未出版之碩士論文。 吳明隆(2009), SPSS操作與應用:問卷統計分析實務(2版), 台北:五南圖書出版公司。 李永鑫, 黃宏強(2007), 工作家庭衝突及人力資源管理對策, 應用心理研究, 35, 115-135。 汪美香, 楊棠堯, 吳朝森(2006), 資訊系統開發團隊成員之自我效能、團隊互動、團隊信任對團隊效能之影響:知識分享之中介效果, 臺大管理論叢, 16(2), 73-100。 來來超商股份有限公司(2010), OK加盟招募[線上資料], 來源: <http://www.okmart.com.tw/leaguer/system.asp>[2010, March 4]。 邱皓政(2009), 量化研究法(二):統計原理與分析技術SPSS中文視窗版操作實務詳析(2版), 台北:雙葉書廊有限公司。 紀乃文, 張火燦(2006), 人力資源主管角色、人力資源部門績效指標與組織績效關係之研究, 人力資源管理學報, 6(3), 71-93。 財團法人中國生產力中心(2009), 2009年提升連鎖加盟總部競爭力計畫連鎖加盟產業商業情報資料庫建置, 台北:經濟部商業司。 馬魁玉(2007), 員工休閒活動參與與工作生活平衡關係之研究 - 以T公司為例, 國立臺灣師範大學運動與休閒管理研究所未出版之碩士論文。 統一超商股份有限公司(2008), 7-ELEVEN加盟招募[線上資料], 來源: <http://www.7-11.com.tw/Franchise/index.asp>[2010, March 4]。 統一超商股份有限公司(2009), 7-ELEVEN ibon便利生活站[線上資料], 來源: <http://www.ibon.com.tw/0000/store.aspx>[2010, March 4]。 郭亦均(2002), 連鎖便利商店店經理管理才能評鑑指標之研究, 國立中山大學人力資源管理研究所未出版之碩士論文。 彭台光, 高月慈, 林鈺琴(2006), 管理研究中的共同方法變異:問題本質、影響、測試和補救, 管理學報, 23(1), 77-98。 萊爾富國際股份有限公司(2010), Hi-Life萊爾富[線上資料], 來源: http://www.hilife.com.tw/E7-alliance/E7_1.asp[2010, March 4]。 溫金豐, 張菡琤, 謝裕琴(2004), 旅館經理人工作-生活平衡之研究:外溢理論觀點, 餐旅暨家政學刊, 1(1), 21-48。

二、英文部份

Adams, G., King, L., & King, D. (1996). Relationships of job and family involvement, family social support and work-family conflict with job and life satisfaction. *Journal of Applied Psychology*, 81(4), 411-420. Allen, T. D., Herst, D. E., Bruck, C. S., & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: A review and agenda for future research. *Journal of Organizational Health Psychology*, 5(2), 278-308. Anderson, A. R. (2000). The protean entrepreneur: The entrepreneurial process as fitting self and circumstance. *Journal of Entrepreneurship Culture*, 8(3), 201-234. Arthur, M. B., & Rousseau, D. M. (1996). Introduction: The boundaryless career as a new employment principle. In M. B. Arthur & D. M. Rousseau (Eds.), *The boundaryless career* (pp. 3-20). New York: Oxford University Press. Arthur, M. B., Khapova, S. N., & Wilderom, C. P. M. (2005). Career success in a boundaryless career world. *Journal of Organizational Behavior*, 26(2), 177-202. Ashforth, B. E., Kreiner, G. E., & Fugate, M. E. (2000). All in a day's work: Boundaries and micro role transitions. *Academy of Management Journal*, 25(3), 472-491. Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182. Batt, R., & Valcour, P. M. (2003). Human resource practices as predictors of work-family outcomes and employee turnover. *Industrial Relations*, 42(2), 189-220. Berg, P., Kalleberg, A. L., & Appelbaum, E. (2003). Balancing work and family: The role of high-commitment environments. *Industrial Relations*, 42(2), 168-188. Bohlen, H., & Viveros-Long, A. (1981). *Balancing jobs and family life*. Philadelphia, Pennsylvania: Temple University Press. Bozionelos, N. (2004). The relationship between disposition and career success: A British study. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 77(3), 403-420. Bridges, W. (1995). *Job shift*. London: Nicholas Brealey. Briscoe, H. P., & Hall, D. T. (2002). The Protean orientation: creating the adaptable workforce necessary for flexibility and speed. Paper presented at the Academy of

Management, Denver, Colorado. Briscoe, J. P., & Hall, D. T. (1999). Grooming and picking leaders using competency frameworks: Do they work? An alternative approach and new guidelines for practice. *Organizational Dynamics*, 28(2), 37-52. Briscoe, J. P., & Hall, D. T. (2006). The interplay of boundaryless and protean careers: Combinations and implications. *Journal of Vocational Behavior*, 69(1), 4-18. Briscoe, J. P., Hall, D. T., & DeMuth, R. L. F. (2006). Protean and boundaryless careers: An empirical exploration. *Journal of Vocational Behavior*, 69(1), 30-47. Caplan, R. D., Cobb, S., French, J. R., Van Harrison, R., & Pinneau, S. R. (1975). *Job demands and worker health: Main effects and occupational differences*. Washington: US department of health, education and welfare. Chick, G., & Hood, R. D. (1996). Working and recreating with machines: Outdoor recreation choices among machine tool workers in western Pennsylvania. *Leisure Sciences*, 18(4), 333-354. Christensen, K. E., & Staines, G. L. (1990). A viable solution to work/family conflict? *Journal of Family Issues*, 11(4), 455-467. Clark, S. C. (2000). Work-family border theory: A new theory of work-life balance. *Human Relations*, 53(6), 747-770. Clark, S. C. (2001). Work cultures and work/family balance. *Journal of Vocational Behavior*, 58(3), 348-365. Clarke, M. C., Koch, L. C., & Hill, E. J. (2004). The work-family interface: Differentiating balance and fit. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 33(2), 121-140. De Vos, A., & Soens, N. (2008). Protean attitude and career success: The mediating role of self-management. *Journal of Vocational Behavior*, 73(3), 449-456. Derr, C. B. (1986). *Managing the New Careerists: The Diverse Career Success Orientations of Today's Workers*. San Francisco, California: Jossey Bass. Dex, S., & Scheibl, F. (1999). The business case for family-friendly policies. *Journal of General Management*, 24(4), 22-37. Dex, S., & Smith, C. (2002). *The Nature and Pattern of Family-Friendly Employment Policies in Britain*. Bristol: The Policy Press. Dubin, R. (1973). *Work and Nonwork: Institutional Perspectives*. In M. D. Dunnette (Ed.), *Work and Nonwork in the Year 2001*. Monterey, Calif: Brooks Cole. Duxbury, L. E., & Higgins, C. A. (1991). Gender differences in work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76(1), 60-74. Eby, L. T., Butts, M., & Lockwood, A. (2003). Predictors of success in the era of the boundaryless career. *Journal of Organizational Behavior*, 24(6), 689-708. Eby, L., Casper, W., Lockwood, A., Bordeaux, C., & Brinley, A. (2005). Work and family research in IO/OB: Content analysis and review of the literature (1980-2002). *Journal of Vocational Behavior*, 66(1), 124-197. Felstead, A., Jewson, N., Phizacklea, A., & Walters, S. (2002). Opportunities to work at home in the context of work-life balance. *Human Resource Management Journal*, 12(1), 54-76. Frone, M. R., Yardley, J. K., & Markel, K. S. (1997). Developing and testing an integrative model of the work-family interface. *Journal of Vocational Behavior*, 50(2), 145-167. Frone, M. R. (2003). Work-family balance. In J. C. Quick & L. E. Tetrick (Eds.), *Handbook of occupational health psychology* (pp. 143-162). Washington of Columbia: American Psychological Association. Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: testing a model of the work-family interface. *Journal of Applied Psychology*, 77(1), 65-78. Gould, S., & Penley, L. E. (1984). Career strategies and salary progression: A study of their relationships in a municipal bureaucracy. *Organization Behavior and Human Performance*, 34(2), 244-265. Greenhaus, J. H. (1987). *Career management*. New York: Dryden Press. Greenhaus, J. H., & Allen, T. D. (2006). *Work-family balance: Exploration of a concept*. Paper presented at the Families and Work Conference, Provo: Utah. Greenhaus, J. H., & Callanan, G. A. (1994). *Career Management* (2nd ed.). Fort Worth, Texas: The Dryden Press. Greenhaus, J., & Beutell, N. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88. Grzywacz, J. G., Almeida, D. M., & McDonald, D. A. (2002). Work-family spillover and daily reports of work and family stress in the adult labor force. *Family Relations*, 51(1), 28-36. Guest, D. E. (2001). Perspectives on the study of work-life balance. Paper presented at the 2001 ENOP Symposium, Paris [Online]. Available: <http://www.ucm.es/info/Psyap/enop/guest.htm> [2001, March]. Hall, D. T. (1990). Promoting work/family balance: An organization-change issue. *Organizational Dynamics*, 18(3), 5-18. Hall, D. T. (1996). Protean careers of the 21st century. *Academy of Management Executive*, 10(4), 8-16. Hall, D. T. (2002). *Careers in and out of organizations*. Thousand Oaks: Sage Publications. Hall, D. T. (2004). The Protean career: A quarter-century journey. *Journal of Vocational Behavior*, 65(1), 1-13. Hall, D. T. (2007). *Career management and work-life integration*. California: Sage Publications. Hall, D. T., & Mirvis, P. H. (1995). *The new career contract: Developing the whole person at midlife and beyond*. *Journal of Vocational Behavior*, 47(3), 269-289. Hall, D. T., & Moss, J. E. (1998). The new protean career contract: Helping organizations and employees adapt. *Organizational Dynamics*, 26(3), 22-37. Hayman, J. R. (2005). Psychometric assessment of an instrument designed to measure work/life balance. *Research and Practice in Human Resource Management*, 13(1), 85-92. Hayman, J. R. (2009). Flexible work arrangements: Exploring the linkages between perceived usability of flexible work schedules and work/life balance. *Community, Work & Family*, 12(3), 327-338. Heslin, A. (2005). Conceptualizing and evaluating career success. *Journal of Organizational Behavior*, 26(2), 113-136. Higgins, C., Duxbury, L., & Johnson, K. L. (2000). Part-time work for women: Does it really help balance work and family? *Human Resource Management*, 39(1), 17-32. Kelly, J. R., & Kelly, J. R. (1994). Multiple dimensions of meaning in the domains of work, family, and leisure. *Journal of Leisure Research*, 26(3), 251-274. King, Z. (2003). New or traditional careers? A study of UK graduates' preferences. *Human Resource Management Journal*, 13(1), 5-26. King, Z. (2004). Career self-management: Its nature, causes and consequences. *Journal of Vocational Behavior*, 65(1), 112-133. Kossek, E. E., & Lambert, S. J. (2005). *Work and Life Integration*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum. Kossek, E. E., Roberts, K., Fisher, S., & Demarr, B. (1998). Career self-management: A quasi-experimental assessment of the effects of a training intervention. *Personnel Psychology*, 51(4), 935-962. Kreiner, G., Hollensbe, E., & Sheep, M. (2006). On the edge of identity: Boundary dynamics at the interface of individual and organizational identities. *Human Relations*, 59(10), 1315-1341. Lambert, S. (1990). Processes linking work and family: A critical view and research agenda. *Human Relations*, 43(3), 239-257. Lewis, S., Smithson, J., & Kugelberg, C. (2002). Into work: Job insecurity and changing psychological contracts. In J. Brannen, S. Lewis, A. Nilsen, & J. Smithson (Eds.), *Young Europeans, Work and Family*. London: Routledge. Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall. Noe, R. A. (1996). Is career management related to employee development and performance? *Journal of Organizational Behavior*, 17(2), 119-133.

Orpen, C. (1994). The effects of organizational and individual career management on career success. *International Journal of Man-power*, 15(1), 27-37.

Phillips, S. D. (1982). Career exploration in adulthood. *Journal of Vocational Behavior*, 20(2), 129-140.

Schein, E. (1996). Career anchors revisited: Implications for career development in the 21st century. *Academy of Management Executive*, 10(4), 80-88.

Schwartz, F. N. (1989). Management women and the new facts of life. *Harvard Business Review*, 67(1), 65-76.

Segers, J., Inceoglu, I., Vloeberghs, D., Bartram, D., & Henderickx, E. (2008). Protean and boundaryless careers: A study on potential motivators. *Journal of Vocational Behavior*, 73(2), 212-230.

Staines, G. L. (1980). Spillover versus compensation: A review of the literature on the relationship between work and nonwork. *Human Relations*, 33(2), 111-129.

Stumpf, S. A., Colarelli, S. M., & Hartman, K. (1983). Development of the career exploration survey (CES). *Journal of Vocational Behavior*, 22(2), 191-226.

Sturges, J. (2008). All in a day's work? Career self-management and the management of the boundary between work and non-work. *Human Resource Management Journal*, 18(2), 118-134.

Sturges, J., & Guest, D. (2004). Working to live or living to work: Work/life balance and organisational commitment amongst graduates. *Human Resource Management Journal*, 14(4), 5-20.

Sugalski, T., & Greenhaus, J. (1986). Career exploration and goal setting among managerial employees. *Journal of Vocational Behavior*, 29(1), 102-114.

Sullivan, S. E. (1999). The changing nature of careers: A review and research agenda. *Journal of Management*, 25(3), 457-484.

Sullivan, S. E., & Arthur, M. B. (2006). The evolution of the boundaryless career concept: Examining physical and psychological mobility. *Journal of Vocational Behavior*, 69(1), 19-29.

Tait, M., Padgett, M. Y., & Baldwin, T. T. (1989). Job and life satisfaction: A reevaluation of the strength of the relationship and gender effects as a function of the date of the study. *Journal of Applied Psychology*, 74(3), 502-507.

Thompson, C. A., Beauvais, L. L., & Lyness, K. S. (1999). When work-family benefits are not enough: the influence of work-family culture on benefit utilization, organizational attachment, and work-family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 54(3), 392-415.

Voydanoff, P. (2005). Toward a conceptualization of perceived work-family fit and balance: A demands and resources approach. *Journal of Marriage and Family*, 67(4), 822-836.

Weng, Q., & McElroy, J. C. (2010). Vocational self-concept crystallization as a mediator of the relationship between career self-management and job decision effectiveness. *Journal of Vocational Behavior*, 76(2), 234-243.

Yuen, C. C. (1995). The effects of career salience and life-cycle variables on perceptions of work-family interfaces. *Human Relations*, 48(3), 265-284.

Zedeck, S. (1992). *Work, Family and organizations*. San Francisco: Jossey-Bass.

Zikic, J., & Klehe, U. C. (2006). Job loss as a blessing in disguise: The role of career exploration and career planning in predicting re-employment quality. *Journal of Vocational Behavior*, 69(3), 391-409.