

114-2 運動休閒與餐旅管理專題討論

探討臺灣靈性健康 (Spiritual Health) 的 量測方法與工具 ——以範域性文獻回顧為主

發表者：朱富玲

指導教授：林儷蓉博士

評論人：博一 陳姿羽

2026.04.30



聽完富玲的發表，
在師長與同學們提問之前，
我們先再次梳理這份研究的
核心脈絡。

研究摘要

探討靈性健康（Spiritual Health）的量測方法與工具
——以範域性文獻回顧為主

研究目的

靈性健康逐漸成為全人健康的重要指標，但概念與量測方式尚未一致，有必要進行系統性整理與分析。

研究方法

範域性文獻回顧法
（Scoping Review）

研究結論

靈性健康

1. 量測工具的整體品質（信效度佳）
2. 靈性健康的分類（兩大架構）
3. 靈性健康的效用（與健康指標正相關，具調節功能）

研究亮點

工具彙整

盤點現有量測工具，
讓後續研究者有跡可循。

框架整理

整理出五層構面與四大面向，
成功驗證靈性健康之正面效用。

異同釐清

考量臺灣多元宗教背景，對非宗
教脈絡的研究者具有實質意義。



Q & A Time

簡單回顧後，是否有師長或同學
想先詢問或與富玲討論的問題呢？

提問一：搜尋字串設定



想請教：

關於文獻回顧的搜尋字串，是否只鎖定了「靈性健康」單一詞彙？

提問一：搜尋字串設定



想請教：

關於文獻回顧的搜尋字串，是否只鎖定了「靈性健康」單一詞彙？

建議方向

（一）納入與排除的條件

- 建議可納入 Spiritual Wellness或Inner Peace等常被用於描述靈性健康之詞彙。
- 在原本的搜尋關鍵字基礎上，額外加入更多的字詞、關鍵字或限制條件，以提高查詢結果精確度。

（二）參考概念分析

- 推薦參閱[Walker & Avant \(2017\) Spiritual Health: A Concept](#)，更精確定義名詞。

提問二：未來研究的規劃



想請教：

關於未來研究構想，「縱貫性研究」與「休閒與靈性健康之關係」分別規劃如何進行？

提問二：未來研究的規劃



想請教：

關於未來研究構想，「縱貫性研究」與「休閒與靈性健康之關係」分別規劃如何進行？

建議方向

（一）縱貫性研究

- 樣本流失考量：縱貫性研究為需長時間、針對「相同」樣本進行重複觀察的研究設計，考量目前文獻多以高齡者為樣本，如何克服流失率？
- 靈性健康是否具備「穩定的特質 (trait-like)」，縱貫設計能否捕捉有統計意義的變化量嗎？

（二）休閒與靈性健康之關係

- 現已有「[休閒涉入對個體靈性之影響](#)」等相關研究，須先釐清研究缺口。
- 若「以單項活動」進行深度探討，其效果是否仍有可能受到其他介入（活動本身、社交脈絡、個人內在狀態）的影響？
- 「單項活動」之定義，避免模糊因果推論。

研究建議一：名詞的使用

研究對象：研究對象的異質性

- 醫療臨床的部分包含「血液透析病人」、「癌症主要照顧者」、「社區民眾」，然而三者是否適合歸納為同一類，有待考量適切性。若不加以區辨，結論的適用範圍就會模糊，影響scoping review的貢獻。

靈性健康構面：構面的層次關係

- 摘要與簡報所列之四大面向與五層構面兩大架構的名稱略有出入，建議統一，以便閱讀理解與對照。
- 四大面向與五層構面之間的關係在文中也不夠清晰（是平行？是層次？），建議製作概念圖輔助說明。

研究建議二：資料整理列表

靈性健康量測工具

- 本文列出了「老人靈性健康量表」與「靈性健康量表短版」，但後續的「趨勢發現」中又提及了特定族群量表，是否直接列出所有工具為佳？
- 現有工具是否有比較表格？包含其涵蓋的構面、適用族群、信效度數據、使用語言等，若能以表格呈現，將大幅提升文獻回顧的實用價值。
- 各量測工具的適用情境差異是否有說明？研究者在選用工具時如何依據此回顧做決定？可補足scoping review「給未來研究者使用」的重要功能。



Q & A Final Discussion

評論尾聲，是否還有師長或同學想向富玲提問或交流呢？



THANK
YOU