

第一章 緒論

本章的主要目的在闡明本研究之研究動機、研究目的、研究問題，並對本研究相關之重要名詞加以界定。本章共分為三節，第一節為研究動機；第二節為研究目的與研究問題；第三節為名詞釋義。

第一節 研究動機

人都有親密的需求。親密，是一種在情感上極度緊密的人際關係狀態，它具有親近、熟悉、安全的特性，允許自己把最深處的部分向他人也向自我展現，帶來彼此細緻的認識與深度的瞭解（麥基卓、黃喚詳，1996/2005；VandenBos, 2007）。夫妻關係屬親密關係中，連結最深的一種。他們的連結來自於愛，卻不能單單只有愛。當兩人走進了婚姻，承諾對方的是一輩子的幸福，這「一輩子」不在遠方，就從腳下日復一日的現實生活開始延續與展現；從前一路悉心思索，共同描繪的未來圖像，轉化為腳踏實地的婚姻生活，點點滴滴，都是新的嘗試與謀合。

夫妻關係有其特殊性；它在本質上屬於相互依賴性高的關係，因其相互依賴性高，情緒的投入也更深，彼此間的情緒擴散效應亦愈強，比一般的關係更為敏感地相互牽動和影響（劉惠琴，2003；Brown & Amatea, 2000; Clark & Reis, 1988）；加上在此長期而密切的關係中，夫妻是以全人的經驗與對方互動，亦對對方全人的特質和背景作反應（朱岑樓，1991）；這種幾近生活全然相繫，自我實然展露的關係，使得雙方必須更經常地面對兩人之間的差異，以及差異可能帶來的衝突與挑戰。

雖說夫妻之間基本的親密性與差異性使得衝突幾乎不可避免，甚或說是正常且必然的（Geis & Gilbert, 1996; Goodman, 1993; Ridley, Wilhelm, & Suzra, 2001; Young & Long, 1998），但研究婚姻衝突的學者皆指出，影響婚姻關係的並非衝突本身，更重要的是衝突被處理的方式與過程、夫妻在其中面對問題的態度及彼此願意做出的角色協調（洪雅真，2000；葉文輝，1998；Gottman & Krokoff, 1989）。衝突有其正負效應，它可能為親密關係的發展帶來改變與調整，讓雙方更瞭解彼此在想法與性格上的差異，甚至透過衝突過程中內心深處感受與想法的表達，增進並更肯定彼此的情感；但相反的，不當的衝突處理方式，也可能成為親密關係最厲害的殺手，破壞親密情感的產生，並相當程度地影響婚姻關係（王沂釗，2000；利翠珊，1997）。換言之，衝突處理得當，能讓婚姻關係在更緊密的基礎上繼續前進；處理不當，因彼此的情感涉入深，所帶來的傷害與失落也可能比一般關係來得更大，由此足見適切衝突處理的重要性。然而，夫妻的互動是深受社會文化脈絡所影響的，社會背景、文化價值、以致兩人成長的環境，都與夫妻互

動歷程間有著相互影響的關係（劉惠琴，2003）；因此，衝突處理的適切性，也必須被放在特定的文化脈絡下來探究。

承上所述，婚姻並不是兩個「單人」生活在一起的關係，它是「雙人」交互反應，過親密生活的相互關係（曾文星，2004）；不僅如此，在華人社會文化的脈絡底下，它更是「兩個家族」彼此結合，富含了家族期望、角色期待、社會功能、與許多重要他人共同涉入的複雜微妙關係。

傳統的華人社會，受到儒家思想的深厚影響，其所形塑出的倫理觀念及社會意識在千年的承傳中，已根深柢固地留存並充塞在華人社會之中，主導著華人的社會行為及價值判斷。儒家思想以「仁」為核心，人因「仁」而成為一個社會所認可的「人」，其一舉一動則透過「五倫」所建構出的基本規章而有了依據。五倫規範了「父子、兄弟、夫婦、君臣、朋友」五種重要的社會關係，呈現出一種差序格局的社會圖像，自我在一系列預設的尊卑禮制中，有其無法規避的責任義務與道德使命（陳秉華，2001；費孝通，1948），每個人都必須以合宜的態度，對特定的對象，實踐合乎義禮的行為，一個環節都不容許失誤；更要克制自己的私欲與私心，做出該有的犧牲與顧全。

五倫之中，又以「父子」、「兄弟」為最基本的人倫關係，其餘的關係皆可視為其放大與延伸（Hsu, 1971）；這當中富含了幾個重要的華人文化特徵（陳秉華、游淑瑜，2001；楊國樞，1997；楊國樞、葉明華，2005）：

1. 家族主義（familism）：其內涵在強調家族的延續、和諧、團結、富足、與榮譽，「家」是社會結構下的基本單位，個人思維與行動皆以「家」為核心和依歸。
2. 父系為重：傳統華人社會為父系社會，男性為家族的中心，是家族香火的延續；家庭中以父子關係為親屬關係的主軸，能夠影響與支配其他關係的運作。
3. 位階尊卑：人倫關係亦象徵著位階尊卑，且受到父系為重的影響，男性的地位權力遠高於女性，男尊女卑的不平等結構長久以來一直存在。

在這樣的文化背景脈絡底下，「婚姻」在傳統的華人社會中也有其不同於西方社會的意涵。在儒家倫理與家族主義的影響下，婚姻由角色與規範構築而成（利翠珊，2005），家族是婚姻的基礎，婚姻是為了家族的延續。對男子而言，婚姻意味著成家立業，要開始擔負起對整個家族的責任（劉雪真，1995）；對女子而言，所謂「之子于歸，宜其室家」，婚姻不僅是女性必要的最終歸屬，更要為夫家帶來和睦與幫助。婚姻對傳統家族至少具有以下意義：1. 聯繫不同的家族，形成社會親屬網絡；2. 延續夫家命脈，上以繼宗祖，下以延子嗣；3. 以婚姻定人倫之序、宣洩人的性本能衝動，維護社會秩序的穩定；4. 娶妻增加夫家勞動力，操持家務、侍奉公婆（利翠珊，1995；姜躍濱，1991；陶毅、明欣，1994；劉雪真，1995；劉錦賢，2007）。由此觀之，婚姻的功能性意義遠勝於滿足個人福祉的情

感性目的（高旭繁、陸洛，2006），婚姻被局限在傳統禮教及宗法制度所賦予的角色義務和期待中，立基在其為一切人倫關係基礎的重要意義之上，婚姻本身，甚至共結連理的伴侶都不是生命中的一種選擇，而是義無反顧的責任，責無旁貸的義務。

然而近幾十年來，台灣社會正經歷快速的變遷，工業化與現代化帶動社會結構與家庭型態的轉變，個人得以離開土地、走出家庭，成為獨立的生產單位，「家族」的影響力無論是作用在個人或婚姻上，都已不若昔日的強勢和龐大；加上西方文化的湧入，其以個人主義為立基的文化思想開始動搖我們承傳千年、以關係為重的傳統價值體系，而出現更多對自我需求、個人尊嚴、自我發展與自我實現的重視和追求；除此之外，女性在經濟能力與教育水準上的提升，以及受到西方女權運動、性別平權等思潮的影響，女性在各方面都愈來愈趨向獨立自主，勇於追求自我價值與理想，爭取與男性相同的機會及權利義務上的均等公平。這些轉變，衝擊著傳統華人社會「婚姻即家族」的觀念，也衝擊著長久以來「男尊女卑」的性別位階，「婚姻」在現今的華人社會中開始有了新的意涵，並承載了新的期盼（陳秉華，2006；楊國樞，1997）。

現代台灣社會的兩性婚姻關係，年輕一輩在自由戀愛的風氣薰染下，嚮往愛情的私密、獨占與排他，並受西方個人主義的影響，傾向婚姻是一種生活的選擇，是男女雙方為追求個人需求的滿足，提升生活品質，增進幸福感的自由結合，且這樣的結合，須建立在彼此互助、扶持與尊重的基礎之上，而非單方面的強勢或地位高漲（利翠珊，2005；高旭繁、陸洛，2006；謝文宜，2006）。婚姻不再因父母之命、媒妁之言而定，也未必背負傳宗接代的絕對使命，顯見傳統中國家庭中，左右婚姻的父子軸支配關係已趨漸弱；轉而更強調婚姻中的個人意願，尊重個人選擇，婚姻被視為是兩人情感性的結合，甚或超越角色義務及禮俗規範，夫妻雙方對彼此的親密情感有需求也有期待，夫妻關係亦成為家庭中具支配性的主軸關係，夫妻關係和諧，情感穩固，家庭才得以維持與延續（高旭繁、陸洛，2006；陳嘉鳳、楊國樞，1980；引自利翠珊，1997；楊國樞，1997）。

然而，值得關注的是，富含現代性意義之婚姻觀念的興起並不代表傳統婚姻觀及家族意識的消逝。楊國樞（1997）即指出，從父子軸的家庭型態轉向夫妻軸的家庭型態，會有一段相當漫長的過渡時期，現今華人社會的大多數家庭實則處於一種社會變遷下「混合式家庭」的型態，同時兼具了父子軸與夫妻軸的家庭型態特徵；相關研究亦發現，一些代表華人社會文化的核心價值，例如家庭倫理、盡孝道、人際和諧等，依舊被華人所重視及保留（王行，1997；葉光輝、黃宗堅、邱雅沂，2006；蔡勇美、伊慶春，1997；C. F. Yang, 1988; K. S. Yang, 1981; Wang & Happner, 2002），而這些依舊被重視的核心價值觀實則與婚姻關係中衝突如何發生、如何被處理有很大的相關。

利翠珊（1995，1997）的研究即指出，對年輕夫妻而言，婚姻是否幸福，除

了決定於兩人間情感的濃淡之外，也必須考慮他們是否能夠妥善地處理家族關係；甚至對一些父系文化色彩較濃的家族而言，夫妻與上一代關係的良好與否有時幾乎成為婚姻是否幸福的重要指標；其研究亦發現，即便幾乎所有的受訪夫妻皆是經由自由戀愛而結婚，但傳統文化仍影響他們從擇偶之初，便將對方與家族的配合程度視為一個相當重要的考量。謝文宜（2006）訪問 20 對將婚的年輕伴侶，亦發現其對婚姻承諾的抉擇考量除了強調雙方個人主體性、注重兩人的關係互動外，仍包含了「男大當婚，女大當嫁」、「傳宗接代」、「雙方家人相處」、「奉養父母，求賢內助」、「姻緣天注定」等傳統文化因素。陳秉華、李素芬、林美珣（2008；陳秉華、林美珣、李素芬，2009）探討諮商中案主在伴侶關係的自我協調及其變化歷程，亦發現伴侶關係中的衝突來源，除與個人自我需要是否在關係中獲得滿足有關外，亦受外在傳統與現代文化衝擊因素所影響，其中即包含了與伴侶在家庭及婚姻的優先次序不同所產生之衝突。這些研究結果都反映了在現代台灣社會中，傳統文化依然在某些層面對婚姻具有一定的影響力，特別是「家族的價值觀」，仍為影響夫妻互動的重要原因；且一般而言，男性家族的文化規範仍是現代夫妻婚姻生活上的基點，男女雙方從婚前的交往到婚後的適應，仍受到中國傳統父系思想相當深的影響，使得婚姻關係中的男女被賦予不同的期盼與對待（利翠珊，1995）。

由此可見，處於當前台灣社會中的夫妻，一方面仍承襲著傳統文化下的家庭觀與婚姻觀，重視儒家倫理、關係和諧、男性優越，一方面亦接受現代文化下新的家庭觀與婚姻觀，對個人意志、個人需求、夫妻間的情感關係、平等地位有更多的重視與期盼。然而，同時浸淫在兩套不同文化體系的影響之下，夫妻雙方可能皆具備這兩套源自不同文化而衍生的心理特質，包括傳統性與現代性的價值、態度與思想觀念，但因所受文化影響的程度不同，使得彼此這兩套心理特質的組成與選擇也相當不同（高旭繁、陸洛，2006；陳秉華，2006），這樣的差異為現今華人夫妻帶來婚姻關係中的衝突潛因。

高旭繁、陸洛（2006）即指出，夫妻兩人不同的個人心理特質，會具體反應在婚姻關係中的兩人互動，婚姻中諸多衝突、因應、協調與磨合，都可能與夫妻心理特質的差異息息相關。楊國樞（1997）亦指出，從父子軸到夫妻軸的家庭型態轉變，其轉變的程度在每個特徵上並非一致，且新舊特徵在不同家庭、不同個體、甚至同一個體的不同面向上，所具有的程度亦各有不同，於是產生了各種不同的夫妻關係衝突與個人內在衝突，其中容易出現的夫妻間關係衝突可能包括了家事分工、教養子女、家庭決策、出外就業、財產權益、親戚往來、結交朋友、姓名稱呼、外遇問題、離婚問題十大議題。陳秉華（2004）則指出處在傳統與現代兩套文化交會與衝擊下的現代華人在面對婚姻關係中容易出現的五種矛盾與衝突，包括：1.個人內在的矛盾—獨立我與關係我的衝突；2.父子軸與夫妻軸的矛盾—以父系家族為中心與以夫妻的核心小家庭為中心的衝突；3.權力關係的矛盾—男性中心與兩性平權的衝突；4.關係情感投入的矛盾—情感疏離與親密的衝

突；5.關係衝突處理的矛盾—逃避或面對衝突。

凡此種種，都說明了現今華人在婚姻關係中所經驗之衝突的多樣性與複雜性。多元文化的衝擊帶來婚姻關係中更多的可能性，豐厚了婚姻所能帶給生命的意義，但也同時因其多元與複雜，使得婚姻關係中的兩人無論在內在自我層面或夫妻關係層面，面臨的衝突與考驗皆明顯升高。對其內在自我而言，夫妻各自在照顧個人需求與考量伴侶需求、維繫情感關係間來回擺盪，形成其個人自我與關係自我的衝突，此衝突若無法適度調整，將會對個人的心理適應與健康發展有所影響（陳秉華，2006）；而對於夫妻關係而言，兩人在傳統性與現代性心理特徵差異所形成的衝突，若無法經過妥善的處理重回關係的平衡與協調，亦將影響關係的發展與婚姻的滿意度，甚至衍生出更多的婚姻問題與對關係的傷害。

更重要的是，在婚姻關係中，深度情感涉入的兩人，其個人內在自我協調狀態與夫妻間關係協調狀態，具有相互影響的高度關聯，兩人的內在自我協調會在彼此的互動歷程中不斷帶給對方新的訊息或刺激，而每一次訊息的釋放與接收，都可能影響其各自的下一個決定或協調方向，同時影響著夫妻間關係衝突協調的發展。陳秉華等（2008）的研究亦指出，在伴侶關係中要發展出兼顧個人與關係的協調自我，一方面與個人的自我協調性有關，一方面也與伴侶在關係中的自我協調反應、伴侶關係中兩人相互的協調性有關。除此之外，外在環境亦會對個人內在自我協調與夫妻關係協調產生影響，包括夫妻各自生長的家庭環境對自我與對關係的看重程度為何，以及來自傳統社會對婚姻家庭角色文化的影響；而此來自家庭與社會的影響，還會隨著擇偶、交往、訂婚、結婚的不同關係發展愈益增加，成為影響夫妻互動關係與衝突協調的重要因素（林美珣，2007；陳秉華等，2008）。因此，如何協助現今受到傳統與現代雙文化影響下的華人夫妻面臨關係中的內在衝突及關係衝突，讓個人與關係都得到更好的發展與適應，成為當前華人社會中的心理學者與實務工作者亟需重視的問題，亦是研究者所關心的問題。

許烺光（Hsu, 1985）曾提出心理社會平衡（psychosocial homeostasis）的概念，用以說明華人社會文化中的個人，會不斷地處於要達到一種個人心理與社會關係平衡的歷程，亦即在這個社會關係網絡中，找到一個最佳的心理與社會間平衡狀態。之後，楊國樞（2004）從對當代華人社會的觀察與瞭解中建構出「華人自我四元論」，指出現今的台灣與華人社會，在傳統與現代文化同時影響下，每個人身上都具備著個人取向自我與社會取向自我的特徵，其中社會取向自我依華人生活核心的互動場域，再被區分為關係取向自我、家庭取向自我、與他人取向自我，呈現出當代華人自我的多元性。陸洛（2003）亦提出「折衷自我」的概念，認為當代華人發展出一套兼容並蓄中國傳統「互依包容自我」與現代文化「獨立自足自我」的自我，一方面關注人我的分離性及個人的獨特性，一方面又關注人我的關聯性及個人與他人的互依性，兩種自我皆具有其生存與適應的功能，缺一不可，但須彼此折衡、協調、及靈活運用，而如何協調與統整兩套看似截然不同之自我系統間的矛盾與衝突，是一嚴峻的考驗。

回到對諮商實務工作的關注，陳秉華（2001，2003，2004；Chen, 2005）將傳統文化重視和諧的特性以及現代文化重視自我的特性，同時納入許烺光（Hsu, 1985）「心理社會平衡」的重要觀點後，發展出「協調我」的概念及「人我關係協調」的諮商模式。所謂「協調我」，係指個體能經常有意識的、有目的的、以私下或公開的思考或行動，在自己與面對他人的關係時做出協調，使自我的需要與目標能夠達成，也能夠顧及自己在人我關係中的角色與責任義務，滿足他人的需要，同時獲得人際的和諧。她認為在現代華人社會中能夠達到人際適應的人，需要具備此種不斷在人我關係中進行協調的能力；能夠兼顧人我間彼此的需求與目標，是為當前華人社會中在遇到衝突後，維繫個人與關係平衡的重要心理與社會適應特徵（陳秉華，2001，2003；陳秉華等，2008）。由此概念所衍生的人我關係協調諮商模式，目的即在協助個人發展出更清晰穩固的自我及人我之間的協調能力。

基於對現代華人兩性婚姻關係問題的關注，陳秉華等（2008，2009）將此概念與諮商模式運用到兩性情感關係當中，並透過研究支持此自我協調與人我關係協調能力在兩性情感關係的衝突處理上同樣適用，且具有重要的影響力。在此諮商模式中，為了達到關係協調的主要目標，諮商師對於情感關係中的雙方所進行的工作包括了提升對自我的覺察、提升對對方的瞭解、提升對彼此互動關係及互動關係帶給自己與對方之影響的瞭解，並在這些瞭解基礎之上，促進雙方直接的互動與溝通，並進行關係連結與正向情感成分的鞏固及增進；此外，研究結果亦指出原生家庭對個人及伴侶情感關係的影響是明顯的，因此諮商工作亦需協助雙方去探討與發現家庭對自我與對關係的影響。

陳秉華繼續將此諮商工作模式發展為一夫妻關係協調小團體諮商介入方案，協助在婚姻關係中感到衝突的夫妻，透過接受諮商介入方案，瞭解夫妻各自在婚姻衝突中採取的因應方式與對夫妻婚姻滿意的影響，也協助夫妻在檢視衝突議題中，增進夫妻的婚姻親密與婚姻滿意度。本研究所探討之夫妻關係衝突協調，即特指在此套夫妻關係協調小團體諮商介入方案當中，「婚姻關係衝突之人我協調」此一特定活動設計下，夫妻衝突協調的改變歷程。「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，在設計上融入了陳秉華（Chen, 2005）「人我關係協調諮商模式」中重要的工作任務，並運用楊國樞（2004）「華人自我四元論」中四個不同自我的概念，讓夫妻雙方透過個人我、關係我、家庭我、社會我（即他人取向自我）四個自我面向的探索與覺察、優先順位的排列，對彼此的內在自我狀態有更清晰的瞭解，並透過彼此的溝通表達及善意回饋，帶動兩人在衝突議題中的內在自我協調與夫妻關係協調，往衝突化解、關係促進的方向前進。研究者所欲探討的即為在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法的協助下，夫妻之自我與夫妻關係的改變歷程，以及文化因素為夫妻衝突所帶來之影響。

第二節 研究目的與研究問題

基於上述研究動機，本研究之目的，在探究現今社會變遷的脈絡下，在婚姻關係中感到有衝突的夫妻，透過一考量華人文化所設計之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法的協助，夫妻會如何達到各自之內在自我協調與夫妻關係協調，重回個人內在的平衡狀態與夫妻關係的平衡狀態；亦期待瞭解在此協調歷程當中，有助於達成夫妻衝突協調之促成因素，以及探討夫妻衝突所受之文化脈絡影響；也期待從研究結果可進一步修正「婚姻關係衝突之人我協調」之諮商介入方法。

根據上述研究目的，本研究欲探討之研究問題如下：

- 一、 透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，夫妻之關係衝突協調歷程為何？
 - (一) 「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法初期，夫妻各自之自我狀態、內在自我衝突、及夫妻關係衝突為何？
 - (二) 在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法下，夫妻經歷怎樣的內在自我協調與夫妻關係協調？
 - (三) 「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法後期，夫妻之內在自我協調與夫妻關係協調結果為何？
- 二、 透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，夫妻關係衝突協調的促成因素為何？
- 三、 婚姻關係衝突及其協調之文化理解與詮釋為何？

第三節 名詞釋義

本研究相關之重要名詞界定如下：

一、 華人夫妻

本研究中所指稱之「華人夫妻」，是指生長於受儒家文化影響之台灣地區的已婚華人夫妻。

二、 夫妻關係衝突

本研究所指稱之「夫妻關係衝突」，係指夫妻雙方在婚姻關係中，因個人之需要、考量或期待與配偶出現差異所帶來之衝突議題或衝突事件。衝突議題可能涵蓋：經濟問題、姻親問題、生活作息等，但排除屬重大家庭事件之衝突，例如：家庭暴力、強烈離婚意願、家庭危機事件、疾患有嚴重精神疾病等。

三、 人我關係協調諮商模式

陳秉華（2001）從台灣社會文化變遷的觀點，提出「自我協調」的概念，她認為在目前台灣社會，個人處於強調關係與和諧的華人傳統文化，以及強調個人自主之西方現代文化的雙重影響下，個體會在個人自我的需要與期待，以及他人的需要與期待遇到衝突時作出協調，使得二方面都得以兼顧，而取得個人內在平衡與關係的和諧。

Chen（2005）進一步以此「自我協調」概念為基礎，提出「人我關係協調諮商模式」，此諮商模式的重要目標，即在協助經驗到人際衝突與困擾的案主，透過自我與人我關係的協調，減低內在的自我衝突，兼顧個人自我需求與關係和諧，重新恢復心理社會平衡。而要達到這樣的目標，需協助案主增加對個人自我的覺察與瞭解、增加對關係中他者及互動關係的瞭解、並協助案主在自我與關係中他者的需要與目標中做出協調，使個人自我與關係中他者的需要與目標得以兼顧，而協調的方法可透過使用溝通、表達、衝突處理或第三者的協助調解等（陳秉華，2009）。

四、 華人自我四元論

「華人自我四元論」為楊國樞（2004）以其社會取向理論為基礎，考量當前華人社會的時空變遷所提出之華人自我理論。他認為當代的華人社會，每個人身上都同時存在著「個人取向自我」與「社會取向自我」的特徵；其中，社會取向

自我又包含了三個次級自我，分別為「關係取向自我」、「家庭取向自我」、「他人取向自我」，此三個自我與「個人取向自我」共同形成華人自我四元論中的四個客體我。此四個客體我分別具有不同之內涵及心理特徵，由一個主體我來統合掌控，使得四個客體我呈現出有組織性、統整性的多元內在樣貌。

五、 華人關係主義

「華人關係主義」為黃光國（2005b, Hwang, 2000）以建構實在論為其方法論基礎所建構出之理論，包含了人情與面子的理論模型、儒家的庶人倫理、以及華人社會中的衝突化解模式。他從對何友暉有關「關係取向」（Ho, 1998）之重要概念進行辯證性的批判，再以之為基礎，建構出有關華人「關係主義」之理論。

在其理論中，黃氏先考量「不同關係中的人」（person-in-relations），以實在論的觀點建構出人情與面子的理論模型，再進一步分析儒家思想的內在結構；其所提出儒家「庶人倫理」之「尊尊法則」與「親親法則」可謂儒家倫理之深層結構，當它展現在「五倫」的角色關係之間時，儒家又為「不同角色關係中的人」界定出不同的倫理要求。華人傾向於依此倫理要求與其關係網絡中的人們進行互動，此種社會道德秩序主要是源自於儒家的文化傳統；因此，華人社會中的衝突化解模式，亦是放置在這樣的文化脈絡中來加以解釋。

六、 諮商改變歷程

本研究所指稱之「諮商改變歷程」，係指研究參與夫妻在透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法的協助下，夫妻雙方為達到內在自我的平衡與夫妻關係的平衡，所經歷之夫妻關係衝突協調歷程，包含了「內在自我協調」與「夫妻關係協調」兩種改變歷程。其中，「內在自我協調」是指就夫妻各自而言，他們須透過自我調整而在內在達到「滿足自我需要」及「照顧配偶需要」之間的平衡；「夫妻關係協調」則是指夫妻兩人尚須相互考量、持續調整雙方在衝突議題中的需要，而達成雙方需要之間的平衡。此兩種協調歷程是交相影響、環環相扣、密不可分的，目標皆朝向達成衝突協議、關係平衡、並促進更好之夫妻關係的方向前進。

七、 內在自我協調

陳秉華（2004，陳秉華、李素芬、林美珣，2008）在其人我關係的「自我協調」概念中指出，個體需要發展在個人自我與關係自我間的協調，達到個人自我與關係需要都可兼顧。這樣的自我協調會是一個歷程，個體透過這個自我協調歷

程，會朝向與他人的關係衝突減少、關係維繫或繼續發展、個體的自我也會呈現新的樣貌，增加對自我需要的滿足感。

本研究援用陳秉華（2004，陳秉華等，2008）之自我協調概念，在個人自我與關係自我之外，因「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法之設計，而再加上楊國樞（2004）「華人自我四元論」中之家庭自我、社會自我（他人自我），將「內在自我協調」定義為：個體因與配偶之衝突而引發其內在自我的衝突感後，能透過個人自我、關係自我、家庭自我、社會自我之協調，達到能兼顧四個內在自我之需要，化解內在衝突，重獲內在自我之平衡狀態的歷程。此自我協調歷程是動態的，會不斷在個人及與配偶的心理社會互動關係中，尋求新的自我與新的人我關係間的平衡。

八、 夫妻關係協調

本研究所指稱之「夫妻關係協調」，係指研究參與夫妻在各自考量自己內在四個自我面向之需要的同時，亦能透過與配偶之互動，對配偶在衝突議題中之需要與期待有更多的覺察與瞭解，夫妻雙方經由持續的溝通協調、相互調整、尋求共識，達到能兼顧夫妻雙方之需要，化解夫妻衝突，重獲夫妻關係之平衡狀態的歷程。此夫妻關係協調歷程亦是動態的，會不斷在個人及與配偶的心理社會互動關係中，尋求新的夫妻關係平衡。

九、 夫妻關係衝突協調的結果

面臨衝突議題之夫妻，在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入下，所呈現出之夫妻關係衝突協調結果，包含內在自我協調結果與夫妻關係協調結果。

十、 夫妻關係衝突協調的促成因素

面臨衝突議題之夫妻，在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入下，在其衝突協調歷程中，促使夫妻之內在自我或夫妻關係朝向協調方向前進之有利因素，為本研究所界定之「夫妻關係衝突協調的促成因素」。

第二章 文獻探討

本章針對研究主題進行相關文獻的探討，全章共分為五節，第一節探討華人社會文化中的自我觀與人我關係；第二節探討華人社會文化中的和諧觀與衝突觀；第三節探討華人社會文化中的家庭觀與婚姻觀；第四節探討現代社會之夫妻關係衝突及因應方式；第五節探討婚姻諮商中對夫妻衝突的介入處理策略。

第一節 華人社會文化中之自我觀與人我關係

本節主要在探討華人社會文化中的自我觀與人我關係。所謂自我觀 (self views)，指的是每個文化或社會團體之成員所持有的對「自我」的看法，與此團體所生活的歷史、文化、社會脈絡息息相關，是一種文化特有的自我觀念，包含了對「自我」的想法、信念、及行為實踐 (陸洛，2007)。自我觀在調節個人內在各項心理歷程中扮演了重要的角色 (Markus & Kitayama, 1991)，自然對其與環境、與周圍他人會建立或保持怎樣的關係具有重要的影響。

本節首先介紹華人在傳統儒家文化影響下所呈現的自我觀及自我樣貌，透過諸多學者所提出與自我觀相關的概念、理論、或論述，瞭解華人自我與人我關係不同於西方文化的獨特內涵；其次再介紹受到現代化與西方文化影響下，當代華人自我與人我關係所出現的轉變。

一、 華人傳統社會文化中的自我與人我關係

傳統華人社會數千年來深受儒家文化的影響，其以「仁」為本的核心價值，為傳統華人形塑了一套獨具特色的自我觀及人我觀。當代研究華人文化之學者，在探討華人之自我與人我關係上提出諸多論述，多數學者皆認為儒家思想是影響華人自我與人我關係最深的文化 (陳秉華，2001；黃光國，1988b，1995；Ho，1995；Hwang，2000)。他們或從儒家思想的觀點發展其對華人自我觀、人我關係的概念架構與理論 (何友暉、陳淑娟、趙志裕，1991；陳秉華，2001，2004；黃光國，1995，2005b；費孝通，1948；Chen，2001，2005；Ho，1993，1995；Hsu，1985；Hwang，1987，2000)，或去分析儒家思想當中，與自我及人我關係相關的概念及論述，提出自己的見解 (金耀基，1992；孫隆基，1990；楊中芳，1991a，1991b；蔡仁厚，1987；Hwang，1999)，各學者之觀點中，有共通之處亦有獨特之處，彼此間可相互啟發亦可相互補充，茲分述介紹如下：

(一) 費孝通之「差序格局」

最先解析華人社會關係特徵的為費孝通(1948)「差序格局」的社會行為論。「差序格局」指的是華人社會中人與人關係的格局，相對於西方社會將團體中每個人視為同等的「團體格局」，「差序」意謂著有差等的身分次序，也就是儒家文化中最考究的「人倫」。他將華人的社會結構比喻為「把一塊石頭丟在水面上所發生的一圈圈推出去的波紋」，每個人都是他社會影響所推出去之圈子的中心，與其所推及之那一群人發生層層波紋的差序關係，而每個人在不同時間、地點，所動用的圈子並不一定相同(費孝通，1948)。這說明了華人社會結構的三個基本特性：其一，一切社會關係皆以「自己」為中心；其二，「倫」為構成一個人主要社會關係網絡的基本原則；其三，華人之社會關係網絡富有伸縮性(金耀基，1992；費孝通，1948)。費孝通將此稱為一種「自我主義」，一切價值以「己」做為中心的主義；換言之，他主張儒家文化影響下的傳統華人是具有「自我」的，與西方人一樣都是以「自我」為中心，但不同之處在於西方人的自我是獨立於社會關係，而華人的自我是社會關係的重心，自我與社會關係緊密相連(陳秉華，2001；費孝通，1948)。

(二) 許烺光之「情境中心」、「心理社會圖」、「心理社會平衡」

許烺光在談及華人自我與社會關係時，提出許多重要的概念。他以情境中心(situation-centered)與個人中心(individual-centered)來區分傳統華人與美國人之間的性格差異。所謂「情境中心」，係指注重個體在其群體中的地位及表現的適當性，著重於做合於個人地位的行為，並傾向使個人行為符合群體性質；而「個人中心」則指個體以自己內在的情感及態度做為行為的導引，強調個人性的自我內涵，重視個人的獨特及與眾不同(陸洛，2008；楊中芳，1994；Hsu, 1953)。

因意識到華人與美國人的不同，許烺光重新審視了在中西文化下，自我的組成有著怎樣的差異(Hsu, 1985)。他認為英文中「性格」(personality)一詞的意涵，表達的是來自西方個人主義的自我概念，用來解釋華人的自我，最大的問題在於它將人視為一個單獨的個體，與其所處的社會文化是區隔開來的；但對華人而言，自我與社會文化緊密相連，身為「人」的意義是存在於人際關係之中的。

許烺光(Hsu, 1985)以心理社會圖(psychosociogram)來表達其認為人之存在的概念，它包含了七個不同大小的同心圓，由內而外依次為潛意識(unconscious)、前意識(pre-conscious)、未表達的意識(unexpressible conscious)、可表達的意識(expressible conscious)、親密的社會文化(intimate society and culture)、運作的社會文化(operative society and culture)、較大的社會文化(wider society and culture)，此七個層面亦可視為個人在其生活世界的某一特定時刻中，覺察到其社會處境的意識狀態。在此七個層面中，「潛意識」與「前意識」來自Freud的概念，連同「未表達的意識」、「可表達的意識」四個層面，即為傳統所稱之「性格」意涵的所在。傳統的性格概念著眼在個人深層的情緒與

焦慮，人際特性與人際關係僅是其深層內在的傳達與展現，這是一種”Ptolemaian”式的人觀，視個體為宇宙的中心，跟世界中的其他人是相互對立的。然，許烺光認為對華人來說，人的存在是一種社會的、文化的存在（social and cultural being），所謂「人」或「做人」的本質，實發生在「未表達的意識」、「可表達的意識」、「親密的社會文化」、「運作的社會文化」四個層面，亦即自我與他人及社會較緊密接觸、相互影響的地帶，其中又以「可表達的意識」與「親密的社會文化」最為核心。他將涵蓋此四個層面的範疇合而稱之為「人」或「仁」，指的是「一個人與他人之間的互動」，在此範疇內，每個人都在尋求維持一個滿意的心理與人際關係的平衡狀態，此即為許烺光重要的心理社會平衡（psychosocial homeostasis）概念。這是屬於”Galilean”式的人觀，不將人視為一個固定的實體，而是位於其關係網絡中，必須與其他人保持一種動態平衡的關係。承上，我們可以說，對傳統華人而言，「做人」是一種人際關係的處理與判斷，而非自我性格的展現，因此，許烺光認為若想瞭解華人的自我與社會行為，應以瞭解涵蓋「未表達的意識」、「可表達的意識」、「親密的社會文化」、「運作的社會文化」四個層面之「人」的概念，取代過去對潛意識或對傳統性格概念的探究（陳秉華，2001；黃光國，2005a；Hsu, 1985）。

（三） 楊國樞之「社會取向」

楊國樞（1993；K. S. Yang, 1995）以「社會取向」（social orientation）概念來描述華人之心理與社會行為，依此為核心發展出一套解釋華人社會心理互動的系統。社會取向指的是個人融入其社會環境的一套生活適應方式或傾向，以融合性為重，強調個體如何經由順服、配合及融入環境，與環境建立及保持和諧關係，甚至與環境合而為一。楊國樞最早提出此一名詞是在 1977 年前後，之後逐步將此概念加以擴充而更形完備。與「社會取向」相對者為「個我取向」（individual orientation），兩者為世界各社會中最常出現的主要運作型態，然，同樣以社會取向為運作型態的不同社會，其社會取向會具有不同的具體意涵。楊國樞認為華人的社會取向有四大類主要特徵，即家族取向、關係取向、權威取向及他人取向，這四類特徵並非互相獨立，而是彼此關聯，分別代表華人在其生活中四種不同場域裡與他人互動或適應環境的方式。以下概要介紹此四類特徵（陸洛，2003；楊國樞，1993；楊國樞、葉明華，2005；K. S. Yang, 1995）：

1. 家族取向：為社會取向中最重要而基本的次級取向。在傳統華人社會中，社會的基本結構與功能單位是家族，強調家族延續、家族和諧、家族團結、家族富足、家族榮譽。個人須將其興趣、願望、目標、福祉等置於次位，而將整體家族置於首位。這種以家族為重，以個人為輕的運作方式或原則，又可稱為家族集體主義（familial collectivism）。除此之外，傳統華人還會透過一種「家族化」或「泛家族化」（familization）的歷程，將家庭的結構與功能模式沿用到家族以外的團體或組織，與他們互動時也比照家庭取向的方式進行，是為「泛家族取向」。

2. 關係取向：關係取向是華人在人際網絡中的一種主要運作方式，具有以下幾項重要特徵：

(1) 關係形式化（角色化）：強調以社會關係來界定自己的身分，亦即以角色來界定自己，最具代表的即為儒家文化中的五倫關係。關係的角色化使每個人在家庭內外都有其適當的位置，只要在自己的角色位置上恪守本分，依禮行事，就可以進退有據，相安無事。

(2) 關係互依性（回報性）：華人之社會關係的界定強調兩造角色的對偶性，而此對偶角色是互依互惠的，使人際關係成為一種彼此互補的共生系統。與對偶角色之互依性、互惠性密切相關的概念是「回報性」，用以達成兩造間給與取的某種平衡狀態。回報的法則雖是普世性的，但在華人文化中特別突出，其在調節社會交往時的強制力比在西方文化中大得多。

(3) 關係和諧性：華人文化的基本運作法則是均衡與和諧的追求，落實在社會關係中，便是強調與追求所有人際關係的和諧，特別是五倫關係的和諧。

(4) 關係宿命觀：中國人發明了「緣」的信念，認定遠在關係發生之前，緣即已決定了此特定關係的出現，並決定了它的型態、久暫、及結局等。緣的信念強調了關係的必然性或不可避免性，目的是在讓以務農為主、需要安定秩序的傳統華人家庭與社會，人們之間能建立穩定和諧的人際關係，不因對彼此關係的不滿輕易脫離關係，而能以認命的態度好好或勉強留守在現有關係中。

(5) 關係決定論：意指在社會互動中，對方與自己的關係決定了彼此對待的原則與方式。華人之社會關係依其親疏程度可分為家人關係、熟人關係、生人關係三大類，家人關係中又可依對象的不同再分為親疏不等的關係，熟人關係與生人關係亦然。個人依照與對方不同的關係類別而有不同的運作規則與互動形式：在家人關係中講求責任原則，在熟人關係中講求人情原則，在生人關係中講求利害原則。

3. 權威取向：權威取向源自傳統華人家庭中所實行的父權家長制，父親擁有至高無上的權威身分，展現在經濟專制、思想專制、家規家法、尊卑等級等四個方面。每個人自幼在此環境下生長，而形成一種獨特的與社會權威互動的心理行為模式，主要包含了權威敏感、權威崇拜、權威依賴三個重要特徵。

4. 他人取向：所謂的「他人」泛指非特定對象的他人，包括自己不認識的人、自己所認識的人，也可以是非角色互動過程中的家人與熟人。他人取向所強調的並非個人與他人的關係，而是指華人在心理與行為上甚易受到他人影響的一種強烈趨向，主要特徵包含：對他人意見特別敏感、強烈的社會順同（social conformity）傾向、對社會規範的深度關注、對個人聲望的看重等。

對於華人之社會取向運作模式的來由，楊國樞並不單純的解讀為源自儒家思

想與文化。楊國樞（1993）認為，傳統華人採社會取向的基本根源應來自其社會中所具有的某些社會經濟特徵，包括經耕農業、家族共產、父系傳承、階序結構等，為有效適應這些與生存相關的基層因素，華人因而形成此套特殊心理結構、行為模式及生活方式。儒家思想與文化一方面可能是反映此套心理結構與生活模式的產物，一方面則是在其數千年的承傳與演變中，助長、維持、及鞏固了此社會取向的運作。而後者才是儒家文化在社會取向中的主要角色及功能。

此外，楊國樞（1988）亦整理出在社會取向中，傳統華人與「自己」的關係具有幾個特點：1.因重視社會與家庭的集體功能，個人相對顯得較不重要；2.個人獨處時，講求無念、無欲、無私，使腦中呈現最高境界的空寂狀態，亦即所謂「慎獨」；3.講求「內修」的功夫，並培養內在的定力；4.認為一個有修養的人不能過分強調與表露自我，否則很可能破壞社會關係；5.不喜過度複雜、強烈的情緒，並非無情，而是希望做到忘情，讓情緒自然的平和寧靜。

（四） 何友暉之「關係取向」

在談及華人之自我與人我關係時，何友暉著眼在華人文化中的「關係性」，認為「關係取向」（relational orientation）一詞最能道盡華人社會心理學的精髓。何氏指出，華人對關係的重視在程度與意義上，與西方文化有很大差異，縱使西方的社會心理學者亦承認關係脈絡對性格發展的重要性，但在儒家文化的觀點中，「關係」不僅影響人之性格的形成與發展，更在個體的有生之年，為其生命定出之所以為人的意義，單獨個體的生命是不完整的，需透過與其他個體的共存才能窮盡其意義。因此，人的生存是關係中心（relation centered）的（何友暉、陳淑娟、趙志裕，1991；Ho, 1993, 1995）。

關係亦為華人帶來了身分（角色）的辨認與自我認同，其中身分辨識的重要性在於使人能行使合宜的行為。何友暉（Ho, 1995）認為，儒家文化中最重視的五倫關係，主導了傳統華人的社會行為，他以「關係主導」（relationship dominance）說明在儒家文化影響下人之社會行為的本質，意指個人對其與他人關係的知覺判斷，決定了他將採取何種適當行為與對方互動；此亦可稱之為「角色主導」（role dominance），個人被賦予的角色優先於內在性格地決定了他的行為展現。在此文化下，個人由其重要的社會關係所界定，人之自我認同是以關係為重的認同，此稱之為「關係的認同」（relational identity）；這樣的自我，又稱之為「關係性自我」（relational self）。關係性自我的特色，在於個人在其主觀現象場中，會高度意識到他人的存在，其自我的浮現，是伴隨著對他人存在的意識一起出現的，自我與他人緊密相合，並從現象世界中分化出來，形成「在他人關係中的自我」（self-in-relation-with-others），此為儒家文化下自我之呈現，亦如 Tu（1985；引自 Ho, 1995）所言，「儒家的自我包含了他人的參與」（何友暉、陳淑娟、趙志裕，1991；Ho, 1993, 1995）。

按照何氏的看法，華人自我不能獨立於社會關係而存在，對個人行為的解讀

不僅要考量關係，還要考量到文化對關係的界定。因此，他進一步提出分析華人社會行為的單位並非單獨的個體與情境，策略性的分析單位有兩種，其一為「不同關係中的人」(person-in-relations)，意指將焦點放在身處於不同的關係中的個人；其二為「關係中的人們」(persons-in-relation)，意指將焦點放在某一關係脈絡中彼此互動的人們 (Ho, 1998)。

何友暉 (Ho, 1995) 亦曾比較儒家文化下的自我與西方文化下的自我兩者間的差異，藉此對華人之自我特徵有更多的描繪與勾勒。其分析指出：1. 西方文化下的自我有明顯的主客區別 (subject-object distinction)，主體我 (以 I 或 ego 指稱) 為人之行動的覺知者、執行者；客體我 (以 me 或 self 指稱) 則為主體我發揮其功能的對象或目標。儒家文化並沒有明確指出自我之主客區別，但將相似概念隱含在其相當重視的自我省視、自我修養意涵中，強調人須反躬自省，必慎其獨，此即為主體我對客體我的監控、克制、與修練。2. 西方文化下的自我與他人之間有清楚的界線，個人的自我認同在明確的人我劃分中發展與維持，是獨一無二的。儒家文化下的自我如前所述，是一種關係性自我與關係的認同，人我界線並未清楚劃分，反而兩相交融，自我認同無法獨立於關係之外。3. 西方文化下的自我由個人所控制，具自我之向心性與主掌權 (centrality and sovereignty)，自我是屬於個體本身，而非任何其他人的。儒家文化下的關係性自我，個體被埋置在社會網絡中，受到社會場域的控制。場域中有形形色色的人與關係彼此直接或間接地相互影響著，當中的動力因素較個體本身對自我有更多的影響力，個體之形體與重要性雖相對減弱，但自我卻能透過與他人達成和諧、協調的關係而完成所謂的自我體現 (self-realization)。4. 儒家文化下的關係性自我不以自我為中心 (意近於非利己主義的) (psychological decentering)，能駕馭住自己的私心，設身處地為他人著想，最具代表的即為推己及人的「恕道」思想，所謂「己欲立而立人，己欲達而達人」、「己所不欲，勿施於人」皆為此意涵的展現 (Ho, 1995, 1998)。

(五) 黃光國之「華人關係主義」

黃光國以儒家文化與倫理做為瞭解與研究華人社會心理與行為的基礎，所建構的「華人關係主義」(Hwang, 2000)，包含了人情與面子的理論模式、儒家的庶人倫理、以及華人社會中的衝突化解模式 (即「人情與面子衝突化解模式」) (黃光國, 2005b)。此處以介紹「人情與面子理論模式」與「儒家庶人倫理」兩部分為主，說明黃氏對華人之自我與人我關係的見解；「人情與面子衝突化解模式」之介紹詳見本章第二節中「華人文化中的人我關係衝突化解模式」之整理。

黃光國 (1988a, 2005a, 2005b; Hwang, 1987) 的「人情與面子理論模式」，將關係中互動的雙方界定為請託者 (petitioner) 及資源分配者 (resource allocator)，並依關係中的「情感性成分」與「工具性成分」比例之多寡，將人際關係分為「情感性關係」、「混合性關係」、「工具性關係」三大類。「情感性關係」

通常指個人與家人間的關係，「混合性關係」指的是個人與熟人間的關係，「工具性關係」則是個人為獲取某資源而和陌生人所建立的關係。個人在不同的關係中所依循的交換法則並不相同，在情感性關係中，因重視對方的發展與福祉，採用「需求法則」；在混合性關係中，重視維繫彼此間和諧、均衡之關係，採用「人情法則」；在工具性關係中，因情感涉入低，僅考量彼此的角色關係與工作關係，採用「公平法則」。此與前述楊國樞（1993；K. S. Yang, 1995）在其「關係決定論」中對關係的分類及採用之原則十分相近。

黃氏的「人情與面子理論模式」假設：當「請託者」請求「資源分配者」將他掌握的資源（包含愛情、地位、服務、資訊、物品、金錢）做有利於「請託者」的分配時，「資源分配者」心中所做出的第一件事是「關係判斷」，再選擇適當的交換法則與對方進行互動。而在此三大類的關係中，「情感性關係」與「混合性關係」間的心理界線不易突破，但「混合性關係」與「工具性關係」間的心理界線則並不明顯，因而可透過拉關係、加強關係等方式，使原屬於工具性關係的雙方因情感成分的增加變成混合性關係，而在資源的獲取上變得更有利（黃光國，1988a，2005a，2005b；Hwang, 1987）。因此我們亦可說，「人情與面子」在傳統華人社會中，本身即為兩種重要的人際資源，可餽贈他人（做人情、做面子），或接受餽贈，此為傳統華人社會中相當特別的人際互動特色（黃光國，1988a；楊國樞，1993；Hwang, 1987）。

黃光國（1995，2005b；Hwang, 2000）依此模型做為概念架構，分析儒家思想的深層結構，進一步提出「儒家庶人倫理」。所謂「庶人倫理」，是指儒家思想中認為每一個人都必須遵循的倫理規則，亦即所謂的「為入之道」（account of personhood），當中最為核心的即為「仁、義、禮」的倫理體系。黃氏認為，在儒家經典中最能反映庶人理論特色者，是《中庸》上的一段話：

仁者，人也；親親為大。義者，宜也；尊賢為大。親親之殺，尊賢之等，禮之所由生也。〈第二十章〉

儒家主張，個人和任何其他入交往時，都應當從「親疏」與「尊卑」兩個社會認知向度來衡量彼此之間的角色關係，「親其所當親」是「仁」；「尊其所當尊」是「義」，依照此二向度所做出的差序性反應，是為「禮」。黃氏建構出一個「儒家的心之模型」（黃光國，1988b，2005b），指出在資源分配者的心理歷程中，「關係」、「交換法則」、及最終的「外顯行動」三者，和庶人理論中的「仁、義、禮」倫理體系是互相對應的；「關係」對應於「仁」，「交換法則」對應於「義」，「外顯行動」必須合乎於「禮」。而將庶人理論的「尊尊法則」與「親親法則」展現在「五倫」的角色關係間時，儒家又為不同角色關係中的入界定出不同的倫理要求：父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友有信。五倫中除「朋友」一倫外，其他四倫皆蘊涵了上下尊卑的差序關係，儒家以「十義」更清楚的說明這些關係中的互動依循：扮演「父、兄、夫、長、君」等角色的人，應當分別依

照「慈、良、義、惠、仁」的原則做出決策；而扮演「子、弟、婦、幼、臣」等角色的人，則應當依照「孝、悌、聽、順、忠」的原則，接受他們的指示（黃光國 1995，2005b；Hwang, 2000）。

除上述學者發展出其對華人自我觀與人我關係的概念架構或理論外，亦有諸位學者分析儒家思想中的「個人」，提出其見解。蔡仁厚（1987）分別從倫常關係（人倫）與人格世界（人道）的觀點談個人在儒家思想中的地位。就倫常關係而言，個人在其中是一種「相對的地位」，也是一個「中心的地位」；每個人與特定他人間都存著一個相互的對應關係，也因此，使得每一個「個人」形成一個中心，所有與之有關係的人，都可歸聚到這個中心來，而蔡氏認為，居於中心的個人處在一個「作主」的地位。就人格世界的觀點來看，儒家最重視人品人格，而此人品人格是靠自己創造與修練而來，人有充分的「自由」透過自覺與實踐，成就自己的品格，每個人在人格世界裡的地位，都可以上達到聖賢的境界；換言之，儒家在人格世界中為「個人」所安排的地位是很尊高的。由上觀之，儒家思想無論在人倫或人格的世界，都給予「個人」一個適當的位置，就蔡氏的觀點而言，他認為在這當中的「個人」具有高度的自主性，中心的地位賦予個人作主的自由，在互為限制的關係中盡義務是義所當為，屬自由意志的表現；而人格的修練更是要靠個人不斷地「克己復禮」，做反省與慎獨的工夫。

與蔡氏有相類似觀點，金耀基（1992）同樣談到了儒家思想中個體的主動性。他指出，華人自我在關係網絡中，與他人的關係既非獨立，也非依附，而是相互依賴。因此，個體自我並沒有完全失沒於種種關係之中，相反的，個體有著廣闊的社會空間與心理空間自主地行動，除天然的人倫關係（如父子）外，個體實具有相當大的自由決定是否與他人發生人為的關係，甚至可以去塑造與他人關係的種類，例如拉關係、攀交情，都是自主行為的展現；再者，既然個體在倫常關係中具備多重角色，個人行事就不僅是規範或文化決定論的延伸，而須在理想的規範與靈活的角抉擇中取得一穩定的動態調和，這亦須靠個體之自主性才得以達成；此外，華人的群己界線是模糊而具有伸縮性的，這也給了個體很大的彈性去建構自身的關係網絡，「自家人」一詞可用來指一個人所欲包含的任何人，換言之，家族和其他群體的邊界在很大程度上都取決於「己」的決定。而就人格的面向來看，金氏也同樣指出，儒家倫理中的「仁」，必須通過個體自我（己）的自覺努力方能達致，這意味著孔子將個體視為一個能夠達到道德自律、成就聖人境界之積極主動的自我。

楊中芳（1991a，1991b）在分析儒家傳統下自我的特色時指出，華人的自我發展可視為一個不斷向前進步，走向道德至善的過程；陸洛（2008；陸洛、楊國樞，2005）認為在華人傳統哲學的理念中，自我是具有彈性的、可變的，是一種精神發展的動態歷程，同時也強調個人的德行修持與道德實踐，視之為自我完善的重要手段。由此觀之，這些學者們從人倫關係或人格修養的角度出發，皆強調儒家思想中的個人，是一個積極主動的自我，具有自主性與自覺能力，而不是一

個「被決定」的自我。在研究者所回顧的文獻中，僅發現孫隆基（1990）持不同觀點，認為華人文化仍傾向於由外燦的關係與角色來定義自我，而非由自我去定義這些關係與角色；華人文化由「二人」來定義「一人」的設計，使得個體不具內在動態的開展過程，而是一個外部人倫關係的堆砌，個體是外力制約的對象，失去了自我調配的能力。

綜合上述文獻，華人心理學者都存有相似的論點，認為華人社會文化中的自我與人際關係是密不可分的。華人自我之重要特徵包括了：1.為一種「關係中的自我」（幾乎為所有學者一致觀點）；2.以自我為關係的中心（何友暉、陳淑娟、趙志裕，1991；金耀基，1992；梁漱溟，1963；黃光國，2005b；費孝通，1948；蔡仁厚，1987；Ho, 1993, 1995; Hsu, 1985）；3.自我具自覺與主動性（金耀基，1992；陸洛，2008；黃光國，2005b；楊中芳 1991a, 1991b；蔡仁厚，1987；Ho, 1995）；4.需尋求內在自我與人我關係的均衡狀態（金耀基，1992；Hsu, 1985）。

二、華人社會變遷帶來的自我與人我關係特徵之轉變

華人社會在現代化與西方文化的影響下，傳統文化的諸多樣貌已經出現轉變，華人自我與人我關係亦在此文化衝擊下開始有了新時代的特徵，並接受新時代的考驗。許多學者提出，現代台灣社會中的華人，傳統價值取向與社會取向正在減弱，現代化價值與個人主義傾向則正在逐漸增強（何友暉、陳淑娟、趙志裕，1991；陳秉華、李素芬、林美珣，2008；Lu & K. S. Yang, 2006），而出現兩種文化價值並存的現象（陸洛，2003，2007；楊國樞，2002a, 2002b；Lu & K. S. Yang, 2006）。此種雙文化的影響與價值並存現象反映在自我與人我關係上，學者們提出了以下的概念：

（一）陸洛之折衷自我、Lu 與 K. S. Yang 之「傳統性與現代性的雙文化自我」（**traditional-modern bicultural self**）

陸洛（2003）提出，在社會變遷的影響下，現代華人社會中已發展出一套兼容並蓄華人傳統「互依包容自我」與現代文化「獨立自足自我」的自我，稱之為「折衷自我」。「折衷自我」採彈性的人我關係界定，其特徵為：

一方面關注人我的分離性及個人的獨特性，強調個人有別於他人，獨立於他人的內在特徵，清楚地意識到個人的需求、慾望、興趣、能力、目標及意向，能夠適當地表達個人的動機、認知和情緒，追求個人的成就與潛能的發揮；另一方面又關注人我的關聯性及個人與他人的互依性，強調個人在其社會關係網中的角色、地位、承諾、義務及責任，清楚地意識到團體的目標和福祉，能夠適時地將團體置於個人之前，追求團體的成就與榮耀。（頁 198）

陸氏指出，傳統華人文化中的「互依包容自我」，滿足的是人類相互依賴與社會整合的基本需求與存在價值，而西方個人主義文化中的「獨立自足自我」，滿足的是人類各自獨立與自我統整的基本需求與存在價值。「折衷自我」之所以產生，在於東西文化交匯為現代華人社會帶來更多元的面貌與生存考驗，每個人的未來已不僅僅取決於其在社會網絡或特定社群中的位置，也取決於他做為一個人在大社會中的獨立成就，在此環境下，「互依包容自我」與「獨立自足自我」都有其生存與適應的功能，缺一不可（陸洛，2003，2007）。

「折衷自我」兼具了這兩套不同自我的成分，強調的是現代華人在此兩套看似截然不同之自我系統間的折衡、協調、及靈活運用。陸氏認為，協調兩套自我系統中的潛在矛盾與衝突可能一項是艱鉅的考驗，但個體若能夠在其中處理得宜，求得平衡，其心理彈性將會增加，適應資源將愈形豐富，自我的統整與實現也會更臻完美。對生活在台灣的現代華人來說，若能整合獨立自足自我與互依包容自我的態度，來處理傳統文化與現代文化間的衝突，很可能會是最好的適應方式（陸洛，2003，2007）。

「折衷自我」的概念和 Lu 與 K. S. Yang（2006）所提出之「傳統性與現代性的雙文化自我」（traditional-modern bicultural self），在概念意涵上是相通的。陸氏認為，「折衷自我」同時表達了人類基本的個人獨特性（uniqueness）與人際關聯性（relatedness）的雙重需求，亦可說是一種包含了傳統華人文化與現代西方文化基礎的雙文化自我。所謂「傳統性與現代性的雙文化自我」，係指在現代化與西方文化的影響下，當代華人身上已同時具備了社會取向與個人取向兩種心理特徵與行為，兼具傳統性與現代性兩類的成分，是一種社會取向自我與個人取向自我並存而成的自我新面貌。陸氏與楊國樞並透過有系統地整理在台灣地區進行的華人自我研究成果，指出實徵證據已支持華人社會正呈現越來越多傳統性與現代性共存的現象，現今華人確實同時擁有此兩套自我系統（陸洛，2007；Lu & K. S. Yang, 2006）。

（二） 楊國樞之「華人自我四元論」

楊國樞（2004）以社會取向理論為基礎，考量當前華人社會的時空變遷，提出「華人自我四元論」。他認為當代的華人社會，已經是社會取向與個人取向並存的社會，每個人身上都同時存在著「個人取向自我」與「社會取向自我」的特徵。社會取向自我又可依華人之四大社會生活主要互動場域，再區分為關係取向自我、權威取向自我、家族（團體）取向自我、與他人取向自我，楊氏予以略微簡化，將關係取向自我與權威取向自我合而為一，仍稱關係取向自我，此三個次級社會取向自我連同個人取向自我，即形成了華人自我四元論中的四個客體我——「個人取向自我」、「關係取向自我」、「家族（團體）取向自我」、「他人取向自我」。此四個客體我由一主體我來統合掌控，透過覺知、辨識、認定、轉換、啟動、評價、綜合等功能，使得四個客體我呈現出有組織性、統整性的多元內在樣貌，而

非鬆散或統合不良的分裂狀態。四個客體我之內涵與心理特徵簡要介紹如下：

1. 個人取向自我：具自主的適應趨勢、淡化社會角色的涉入、認同自己、對個人負責、且有自主、獨立、自依、自足、自我接受、個人成就、個人效能、個人優越感、及個人取向自尊與自我提升等主動性需求。
2. 關係取向自我：具融合的適應趨勢，配合順從一特定關係中的對方，與之建立和諧關係。在二人關係中有高度社會角色涉入、關係性認同、重視對關係中之對方的責任、且具有依賴、相依、相互接受、相互分享、關係性面子、及關係取向自尊與自我提升等關係性需求。
3. 家族（團體）取向自我：具融合的適應趨勢，配合順從家族或其他團體，與之建立和諧關係。在家族或其他團體中有高度社會角色涉入、家族（團體）性認同、重視對家族或團體的責任、且具有自我延伸、大我需求、團體接受、團體保護、團體效能、團體成就、團體榮耀、團體面子、及家族（團體）取向自尊與自我提升等歸屬性需求。
4. 他人取向自我：具融合的適應趨勢，配合順從非特定他人。對非特定他人有低度社會角色涉入、擴散性的社會認同、對非特定他人抱有單方面自加之責任、且具有公眾性面子與名譽、來自非特定他人之尊敬、及他人取向自尊與自我提升等擴散性面子需求。

個體之主體我雖然能統合四種客體我，但日常生活中也可能發生客體我之間的衝突。當代華人社會中，最常見的就是個人取向自我與社會取向自我之幾種次級自我間的衝突，例如個人獨立自主的傾向（個人取向自我）與人際和諧互依（關係取向自我）的傾向相衝突；亦有可能出現社會取向自我下，三個次級自我之間的衝突，例如對配偶的順從配合（關係取向自我）與對家族之順從配合（家族取向自我）間的衝突；亦或是單一客體我內的衝突，例如：忠孝不能兩全（關係取向自我內的衝突）。此外，除了上述發生於個人內（intra-individual）的內在自我衝突外，個人取向自我與社會取向自我（及其次級自我）的衝突還可能產生於人際之間（inter-individual），若兩人在不同自我取向上的差異太大，就相當可能產生人際衝突。

然而，不同的自我間可能相互衝突，亦有可能彼此並存或相互化合。楊氏指出，華人社會演變至今，生活中有越來越多的適應情境與待決問題既不是全然屬於現代，也不是全然屬於傳統，而是兩相混合、交融的。為了有效適應現代與傳統共存之生活環境，個人的主體我必須擁有將個人取向自我成分與社會取向自我成分加以重新組合、融合、以至統整的各種能力，彈性而靈活地因應不同的問題與考驗。

（三） 陳秉華之「協調我」

陳秉華（2001，2003，2004；陳秉華等，2008；Chen, 2001）從其多年之諮商實務工作經驗出發，指出現代華人社會一方面仍保留了傳統文化中對關係與和諧的重視，一方面亦在西方文化的影響下，更看重個人的獨立自主與個人發展，身處在這樣傳統與現代雙文化交相影響中的當代華人，個人與社會關係的衝突複雜性與衝突性比過去更大。她採納了許烺光「心理社會平衡」的觀點，考量華人傳統和諧文化特性與現代社會重視自我的特性，提出了「協調我」的概念，認為在這個多元價值的現代華人社會中，能夠達到人際適應的人，需要有一種能夠不斷在人我的關係中進行協調的能力，她將「協調我」定義如下：

個體能夠經常、有意識的、有目的的，以私下或公開的思考或行動，在自己與他人的關係中作協調，使自我的目標達成，也能夠獲得人際的和諧。這是個人一種有動機性的，也是不斷在人我之間尋求動態平衡的心理社會能力，它的功能是使個人能夠滿足自我的需要，也能夠同時照顧到社會關係中他人的需要，使個體達到兼顧自我以及維持社會和諧的目標。（陳秉華，2001，頁 3514）

換言之，在「協調我」的概念中，人是有主體性的，會不斷在自我需要的滿足與社會關係中做出協調；此種「兼顧」彼此需要與目標之概念，會是當前華人社會中在遇到衝突後，維繫個人與關係平衡的重要心理與社會適應特徵。在仍然重視關係和諧的現代華人社會，個體若過於強調維護自我的獨立，而貶低人際關係連結的重要性，將會容易破壞人際關係，在人際關係中被排斥與孤立，在重視和諧的社會中更容易產生人際與社會適應的問題。但是現代華人社會也在變遷中更講求實現獨立自我，個體若過於看重社會關係的維繫，而過於抑制或隱藏自己個人目標或利益的表達與爭取，而配合與承擔過多來自社會與他人的期待與角色壓力，不能伸展自己，也會無法適應當前講究個人表現的社會，容易出現心理與情緒問題（陳秉華，2001，2004；陳秉華等，2008）。

陳氏亦進一步提出，個體要兼顧個人自我與人我關係，達到個人的心理與社會平衡，需培養出三方面的心理社會能力：1.個體需要增加對自我的瞭解，知道自我的需求，以及如何可以滿足需求與達到個人的目標，這可稱為對「個人自我的覺察」；2.個體需要增加對關係中他人的了解，以及認識彼此如何在關係中相互影響，這可稱為「關係自我的覺察」；3.個體需要發展在個人與關係自我的彼此協調，達到個人自我與關係需要都可兼顧，這可稱人我關係的「自我協調」，這樣的自我協調會是一個歷程，個體透過這個自我協調歷程，會朝向與他人的關係衝突減少、關係維繫或繼續發展、個體的自我也會呈現新的樣貌，增加對自我需要的滿足感。陳氏認為，此種人我關係中的自我協調能力是當前華人生活於社會關係中的心理與社會任務，愈具有這樣的協調性，就愈能成為一個心理健康、社會適應的現代華人（陳秉華，2004；陳秉華等，2008）。

綜合上述文獻，華人心理學者一致指出當代華人在現代化與西方文化的影響下，其自我與人我關係特徵已呈現不同於傳統的樣貌，走向傳統性與現代性心理特徵並存的更多元自我。此種轉變是社會變遷下的必然趨勢，實際上也是當前大部分華人自我的現實狀態。自我的多元面貌可能為當代華人帶來更多的彈性與資源，以適應多元的現代社會；但另一方面，它也著實讓個人面臨比過往更多的自我衝突、關係衝突及適應考驗。因此，發展出協調內在多元自我的能力，使自我內在、自我與外在環境間，皆能達到一均衡、協調的狀態，是當代華人社會適應的重要課題；如何協助當代華人發展出這樣的人我協調能力，亦應是華人諮商實務工作者應思索與努力的方向。

第二節 華人社會文化中之和諧觀、衝突觀與衝突化解

本節主要在探討華人社會文化中的和諧觀、衝突觀與衝突化解。相較於西方文化以「衝突」為主流心理學研究的核心，在華人文化中，對人際衝突的探討無法僅從「衝突」的角度出發。「和諧觀」是中華文化的核心觀念，人際和諧的維持是華人人我關係中的重要任務；對「衝突」的探討須放在這樣的文化背景下，才能突顯其意涵與特色，並對華人衝突議題、背後因素、及其所帶來之人際困擾、心理壓力有更貼近個體經驗的理解。

基於上述觀點，本節將透過對華人文化之和諧觀／衝突觀的合併探討，呈現傳統華人社會之和諧價值與思維；再介紹在此和諧／衝突觀的影響下，人我關係間的衝突化解模式呈現何種面貌，當中又有哪些獨特的和諧化與衝突化解方式。

一、 華人社會文化中的和諧觀／衝突觀

傳統華人對和諧的看重是相當根深柢固的，且反映在天地之間的各個面向；不論是個人身心狀態、自我修養，或涉及人情世事，以至整個宇宙大自然，和諧是華人的共同價值觀，也是華人的共同思維方式（李亦園，1996；黃曬莉，2005）。

諸多學者均指出華人文化對和諧的重視、追求、與維護。楊中芳（1994）整理華人文化的價值體系，總結出華人的世界觀在於「合和」二字，即以妥協的態度來達到人與自然和諧共存；社會觀的基本價值在於平均、秩序、穩定；個人觀的基本價值則為克制、妥協、不走極端的中庸權制。李亦園（1996，1998）指出，華人文化最基本的運作法則是追求和諧與均衡，也就是「致中和」。黃曬莉（2005）也指出，華人社會之意識型態體系以「和」為最高目標與原則，反映在天人關係、親屬關係、功利性人際關係上，都以和諧為最重要的互動依據。楊國樞（1993）亦在論及華人社會之「關係取向」時，指出了關係的和諧性，意指將華人文化對和合性的重視落實在社會關係上，便是強調與追求所有人際關係的和諧，特別是五倫關係的和諧。

華人對「和諧」的重視從何而來？張德勝（1989）從儒家思想的秩序情結為著墨點，指出追求秩序與趨避動亂是中華文化中相當突出的一點。他認為春秋戰國是我國思想初生的階段，當時的動亂對社會構成了創傷性的衝擊，使得往後的中華文化潛著「談動亂而色變」的傾向。孔子的儒學思想在那樣的時代背景裡誕生，面對巨大失序與失衡的社會，其苦思用心者即在撥亂反正，重建秩序，此追求秩序的情結影響了中華文化發展方向與特性。楊國樞（1993）認為，華人對和諧與秩序的追求和維護，除了與歷史因素相關外，還與農業社會之有效農耕生活特別需要安定的家族與社會有關。黃曬莉（2006）亦指出，華人「和諧觀」的形成與深化過程，須從下層結構的生產方式、社會結構及政教體系三方面及其交

互作用來加以瞭解。華人以「和」為最高目標及原則的思維，係由華人社會數千年之農耕生活、親緣關係之社會結構、及中央集權的專制政教體系所孕育而來，在此三個層面上，形成天人合一思想、倫理本位禮治思想、國家意識型態化儒學的上層意識型態。

綜合上述文獻，華人對和諧秩序的致力追求與維護是學者們一致的觀點，當中包括了歷史背景、經濟產業、生活方式等諸多因素，並與儒家所建構之思想體系、倫理規範交相影響、歷代承傳，而形成華人文化中相當突出的特色。學者們甚至認為，透過家庭與社會的教化過程，傳統華人對不和諧與衝突已形成一種焦慮、害怕與抗拒，而到了為和諧而和諧的地步，誰先破壞了和諧，不管有無道理，都是不對的（黃曬莉，2005；楊國樞，1993）。

在眾多探討華人和諧性的學者論述中，李亦園（1996，1998）之「致中和」世界觀模型與黃曬莉（1996，2006）對人際和諧／衝突的本土化理論建構，將華人文化中的「和諧觀／衝突觀」從天人至人倫，再至社會政治，做了一連續無斷裂的全面探討，呈現其一致且協調的價值體系，相當能代表華人文化異於西方文化之處。以下將針對兩位學者之觀點做一概要介紹：

（一） 李亦園的「致中和」世界觀模型（三層面和諧均衡模型）

李亦園（1996，1998）提出「致中和」的世界觀模型（三層面和諧均衡模型），他認為中國傳統宇宙觀中最基本的運作法則是追求人與自然、人與社會、人與自我的和諧與均衡。傳統文化中理想的完美境界，都是以追求此一最高均衡和諧境界為目標。要達到此目標，需要維持三個系統的均衡和諧，分別為自然系統（天）的和諧、個體系統（人）的和諧、人際關係（社會）的和諧，此三層面的和諧均衡即形成了「致中和」的理想境界。其中，自然系統的和諧包括了時間的和諧（命運觀）與空間的和諧（風水觀）；個人系統的和諧包括了內在的和諧（身體觀、疾病觀）與外在的和諧（姓名觀）；人際關係的和諧包括了人際的和諧（倫理觀）與超自然的和諧（魂魄觀）。李氏「致中和」的世界觀模型可由圖 2-2-1 表示：

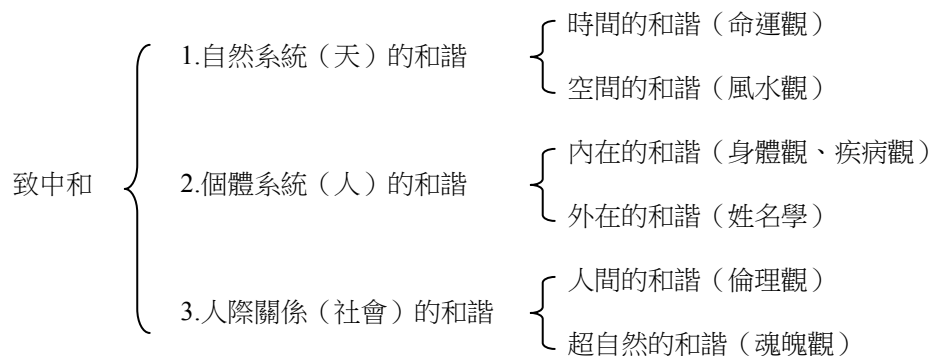


圖 2-2-1 「致中和」世界觀模型（引自黃光國對 Li, Yih-yum (1992)致中和世界觀模型圖之修改）

資料來源：黃光國(2005c)。儒家關係主義：文化反思與典範重建。台北：臺大出版中心。頁 420。

由李氏之觀點，說明了在華人的傳統社會文化中，一般民眾追求和諧均衡的行為表現在日常生活上最多，目標放在個人健康與家庭興盛上面；而在仕紳文化上，追求和諧均衡則表現在較抽象的宇宙觀及國家社會的運作上。和諧、致中和的觀念深厚地存在於華人文化的各個層面，成為華人種種行為表現的基礎所在。

(二) 黃曬莉之人際和諧／衝突的本土化理論建構

黃曬莉（1996，2005，2006）建構了一個本土化的和諧觀、衝突觀與衝突化解理論，此處先以介紹其和諧觀／衝突觀為主。黃氏指出，相較於近代西方所流行的「衝突辯證觀」（conflict dialectics），華人傳統文化中儒家與道家所持有的是強調整體性、統合性的「和諧化辯證觀」（dialectics of harmonization）。「和諧辯證觀」認定整個宇宙、人類社會、個人生活的大方向均是趨於和諧與統一的，衝突並無本體上的真實性，僅是一種不自然的失序與失衡；萬物間的差異與對偶是衝突、對立的原因，但衝突與對立中卻蘊涵著互補與互生性，對立的雙方可經由調整達到和諧。在此意義下，和諧不是一個靜態的結構，而是一種動態的過程；和諧是終極的理想與目標。此種「衝突必以和諧為終」的觀點，成中英（1986）與馮友蘭（1991）亦持雷同之見解。

因華人文化所持之和諧辯證觀，黃曬莉（1996，2005，2006）認為若欲探討華人之衝突觀，必先從華人的和諧觀著手，才能反映出衝突的特色；欲探究華人的的人際衝突，也必須先釐清華人文化中的和合性與社會結構的分別性（差序性），才能突顯人際衝突之特殊意涵，並理解其特有之和諧化機制（harmonization mechanism）與衝突化解方式。她從隱含在華人意識型態內的三個不同層次來探討華人的和諧觀／衝突觀，整理出三大基本類型：宇宙觀層次的「辯證式和諧觀／衝突觀」、人倫社會秩序層次的「調和式和諧觀／衝突觀」、及大一統國家社會秩序層次的「統制式和諧觀／衝突觀」，茲說明如下：

1. 辯證式和諧觀／衝突觀（宇宙觀的層次）：

從宇宙觀的層次來看，傳統華人所具有的是一種「辯證式的和諧觀」，認定和諧是以對立而又相關的對偶結構為基礎，並經由相生相成的互動歷程來呈現，具有先驗性、動態性、轉化性、質變性、循環性、善美樂境界等特性。

辯證式和諧觀主張宇宙萬物是趨於和諧與統一的，和諧才是實在界的基本狀態與構成，在此意義下，「衝突」只是一種暫時失序的過渡現象，並代表著惡或不吉。取《易經》之意，衝突來自未能與「道」的動跡相合，因而鼓勵人們盡己所能去理解「道」的變化，並在適當時機下努力發揮理性，調整自身行為，便能避開衝突。道家亦提出要從價值與觀念的執著中解放出來（即認知上的轉化），衝突與對立皆是可超越的，以此為取向即可化解衝突。

2. 調和式和諧觀／衝突觀（人倫社會秩序的層次）：

當從宇宙層次（天道）所獲致的和諧觀推衍至人倫社會秩序的層次（人道）時，傳統華人將之轉化為一種「調和式的和諧觀」，意指在差異（分別）中求和諧，兼容相異乃至相反之事物，並加以調節，使其保持一定的分別，又不超出一定的限制，進而相輔相成達到整體性的和諧。此和諧是一種「和而不同」的境界，一方面顧及群體的和諧性，一方面兼容個別的差異性，以禮做為節制的原則，以權（指「衡量」之意）作為變通的靈活性。它具有以下特性：中庸性、相濟相成、節制性、權宜性、差異固定化、不爭性。然而，因強調「禮」的節制性與不爭性，並使其差異固定化，這樣的途徑可能使其逐漸轉化為「秩序化和諧」，而潛藏著僵化之危機。

在調和式的和諧觀裡，「衝突」來自某一方未能恪守人倫關係中的名位本分，在情感、慾望或行為的表達上未能「中節」、「合宜」或「適度適量」，以致失去平衡而不能成「和」。它代表的是一種紛亂或離弱狀態。化解衝突最好的方法則是遵循禮的規範；從社會方面而言，要正名分工，讓每個人有固定的角色規範可依循；在個人方面，要開啟個人內在的道德本性，透過修身的功夫，將禮的角色行為內化為個人主體性的一部分。

3. 統制式和諧觀／衝突觀（大一統國家社會秩序的層次）：

調和式和諧觀強調「和而不同」的理想，但隨著社會與國家組織的逐漸擴大及轉型，其內在的矛盾性在現實面上愈發突顯，於是在大一統的國家社會層次，為統一秩序，再轉化為「統制式的和諧觀」。其基本特色是「統多為一」，不讓各成分平起平坐，而讓其中某一成分居於統治地位，發揮主導作用；其他成分則居於屬／附從地位，抑壓其個別性帶來的歧異性，以齊平統一的方式呈現，達成大一統的統制式和諧。它具有以下特性：統一性、同一性、外制性、功利性、形式性、互補性。

由於統制式和諧是一種片面界定主從關係的附和式和諧，在此意義下，「衝突」來自居下位者對居上位者未能「附從」或「逆而不順」，抑或未能與其他居次位者「趨同」、「附和」，或「協調一致」、「同心同力」。它可能包含了內隱的不和、疏離，與外顯的對立、抗爭，代表的是一種威脅。化解衝突的方法包括：權衡利害後，居上位者以各種形式的威權強制居次位者服從；或以權威者做仲裁，令雙方妥協而折衷協調；或居下位者以忍讓順從為主以求和諧。最後亦可以超越的方式，遠離或跳脫主從關係（含精神層次或實質上的跳脫）以化解衝突。

從黃曬莉（1996，2006）的探討可得知，華人的和諧觀不但具有豐富的意涵，且彼此間還有著辯證轉化的關係，將宇宙萬物皆和的概念，投射到個體之中而成為個體內在心靈之和，接著將此和諧轉化到人際間，主張人倫之和，最後擴展至國家社會，主張人在群體中之和。此與前述李亦園（1996，1998）的三層面和諧

均衡模型是相通的。相較於「和諧觀」的豐富內涵，華人的「衝突觀」顯得簡明許多，三種觀點的主要差異來自於對應的和諧觀不同，使其在衝突的起因、化解之道、及最後獲致的和諧狀態上有所不同，但本質上都傾向認定衝突是負面的，並帶來不利之後果；也都認為只要透過某些方式，衝突是可以避開或加以化解的。

二、 華人文化中的人我關係衝突化解模式

在華人獨特之和諧觀／衝突觀的影響之下，華人社會自然形成一套與此價值觀相呼應的人際相處與衝突化解模式。黃光國（2005b，2005c）與黃曬莉（2005，2006）皆曾對華人社會文化中之人我關係衝突化解模式，提出其有系統的觀點與見解，茲分別介紹如下：

（一） 黃光國之「人情與面子衝突化解模式」

黃光國（2005b，2005c）認為，欲建構華人社會中化解人我衝突的理論，必須要將華人對「和諧」之文化價值的重視與華人「人我關係」的獨特面貌列入考慮，據此觀點，他建構了「人情與面子衝突化解模式」。他指出，當個人面對衝突情境，必須考量的主要問題有兩個，一為「我要不要維持人際和諧？」；二為「我要不要達成個人目標？」因此，他先以「維持人際和諧 VS. 不顧人際和諧」、「追求個人目標 VS. 放棄個人目標」兩個向度，建構出五種衝突解決模式的雛形：1. 忍讓：為了維持人際和諧，放棄個人目標的追求；2. 抗爭：不顧人際關係的和諧，堅持追求個人目標；3. 陽奉陰違：欲追求人際關係的和諧，避免和對方發生對抗，又不願放棄個人目標；4. 妥協：既考慮人際關係的和諧，又願意在個人目標上有所退讓；5. 斷裂（severance）：不顧人際關係的和諧，亦不再設法在和對方的互動中追求個人目標的達成，與對方關係宣告斷裂。

然而，單是這兩個向度的考量，對華人在衝突情境中提供的判斷仍然是不足的，這涉及到華人社會文化中獨特的人我關係性質，特別是「關係決定論」（楊國樞，1993）在當中扮演的角色——對方與自己的關係種類，對個人選擇之衝突化解方式具關鍵性的影響。因此，黃氏進一步再將人際關係區分為縱向的「上／下」關係以及橫向的平行關係，縱向關係一般而言可視為是「內團體」的關係，橫向關係則可再區分為「內團體」與「外團體」；換言之，人際關係因而被分為三種類型：「縱向內團體」、「橫向內團體」、以及「橫向外團體」。黃氏依照個人在面臨涉及此三種人際關係的衝突事件時，其主要考量因素是「維護和諧關係」或「達成個人目標」，為達成目標可能採取的「協調」（coordination）方式，以及他最可能採取的「優勢反應」（dominant response），將華人社會中的衝突化解模式更細微的區分為十二種，如表 2-2 所示：

表 2-2 華人社會中的衝突化解模式

	保持和諧	達成目標	協調	優勢反應
縱向內團體	顧面子	陽奉陰違	迂迴溝通	忍讓
橫向內團體	給面子	明爭暗鬥	直接溝通	妥協
橫向外團體	爭面子	抗爭	調解	斷裂

資料來源：黃光國(2005c)。儒家關係主義：文化反思與典範重建。台北：臺大出版中心。頁 111。

承上表，在縱向的「上／下」關係中，當位居劣勢的個人和居高位者發生衝突時，為了保持人際關係的和諧，他必須替對方「顧面子」；他最可能採取的優勢反應是「忍讓」；若想和對方進行協調，他往往會採取「迂迴溝通」(indirect communication)；若想追求個人目標之達成，則往往會採取「陽奉陰違」的策略。

在橫向的人際關係中，個人可能採取的衝突化解模式，則要看他是將對方界定為「內團體」或「外團體」而定。倘若他將對方界定為「內團體」，在發生衝突時，比較可能採取「直接溝通」的協調方式；為了保持彼此關係的和諧，雙方都必須要「給對方面子」；他們也比較可能達成「妥協」；倘若雙方中有一人不顧對方感受堅持要達成其目標，他們可能陷入長期的「明爭暗鬥」之中。

倘若雙方都堅持要達成目標，他們便可能將對方界定為「外團體」，而爆發明顯的「抗爭」。此時，他們會不顧彼此人際關係的和諧，而要和對方「爭面子」；為了消除雙方的衝突，在進行協調時，往往必須由第三者來進行調解 (mediation)；衝突後的優勢反應則為雙方關係的「斷裂」(severance)。補充說明，在縱向內團體中，當居高位者不顧弱勢者的感受，一再堅持達成其目標時，弱勢者也可能採取反抗行為，爆發嚴重的抗爭，甚至導致關係的「斷裂」。

(二) 黃曬莉之「人際和諧／衝突動態模式」

黃曬莉 (2006) 採「虛實辯證」的角度分析華人之人際和諧與人際衝突間的動態轉化，提出其「人際和諧／衝突動態模式」。她主張，和諧與衝突本身都具有虛實性，虛實之間可透過不同的機制加以轉化，而和諧與衝突之間也可以轉化。若將具虛實性的和諧／衝突，透過其轉化機制間的關係連結起來，則形成一套華人人際和諧／衝突的動態模式，此模式可由圖 2-2-2 來表示：

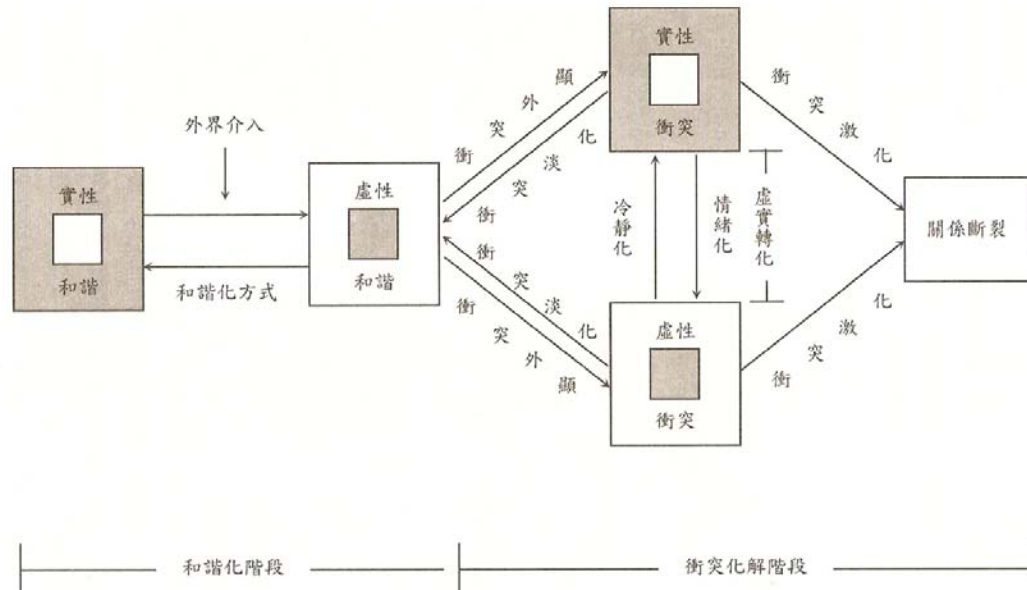


圖 2-2-2 中國人人際和諧／衝突動態模式

資料來源：黃曬莉(2006)。《人際和諧與衝突—本土化的理論與研究》。台北：揚智。頁 136。

在此模式中，黃氏將華人之 interpersonal 和諧／衝突轉化歷程分為三個階段，第一階段為和諧化階段，第二階段為衝突外顯化階段，第三階段為衝突化解階段。在第一階段中，兩方可能原屬統合無間、和合如一的「實性和諧」；或是當中潛藏著可能導致不和但未被覺察或觸動之因子的「實中帶虛」和諧狀態；亦有可能處在不和因子被察覺、觸動，但仍維持表面和平的「虛性和諧」。實性和諧可能透過外來因素轉化為虛性和諧；虛性和諧亦可能透過「和諧化」的方式，轉化為實性或實中帶虛的和諧；抑或擴大自己對不和之容忍力，以維持表面之虛性和諧狀態。簡言之，和諧化階段的主要目的在透過和諧化方式，力求維持人際間的和諧，不論是實性和諧或虛性和諧（表面和諧）。

然而，虛性和諧其實可視為一種靜態的衝突，一旦和諧化失敗，虛性和諧中內在不和的緊張性將逐漸擴大，最後衝破表面防線而外顯為衝突，此即為衝突外顯化階段。外顯化衝突亦有實虛之分，「實性衝突」係指兩方的爭議或爭取純粹針對具體可辨的事由，且通常有一定的遊戲規則可依循；然，衝突過程難免會伴隨著情緒或其他無關因素，而影響衝突的過程及衝突問題的實質解決，此即為「實中帶虛」的衝突，這些干擾的情緒或其他因素將不同程度地遮蔽引發衝突的實質原因，以及問題解決之目標。實性或實中帶虛的衝突可能透過「情緒化」轉變為「虛性衝突」。所謂虛性衝突，係指激化的情緒已模糊了衝突的焦點，使得衝突中充滿緊張性、威脅性及爆發性的情緒傾洩與攻擊性行為。當虛性衝突透過一些「冷靜化」策略使情緒和緩下來後，若問題也隨之消失，則為純虛性衝突；若情緒緩和後仍有清楚可辨的問題焦點，則為「虛中帶實」的衝突。

然而，無論是哪一種衝突，它都只是一「偶發」狀態，無本體上之真實性。衝突化解階段的主要目的即在透過一些衝突處理的方式，試圖將衝突加以淡化，使人際再度進入和諧狀態，即使表面和諧亦可。如果無法淡化，則衝突可能激化，最終使得雙方關係斷裂或休止，既然關係休止，衝突亦不復存在，此即為以消除問題代替解決問題。

由此可知，黃曬莉（2006）之「人際和諧／衝突動態模式」是以「和諧」為始，以「和諧」為終，其中各成分在雙向的動態轉化中一來一往，呈現「圓式」的反覆循環之象。內隱衝突以「虛性和諧」型態存在，外顯衝突則在激化後朝向關係斷裂而消失，或淡化後歸落於虛性和諧中得到安身。

而在實際的生活層面，人們透過怎樣的方式達到「維持和諧」與「化解衝突」二目標，黃氏提出以下華人文化中特有之「和諧化方法」與「衝突化解方法」。所謂「和諧化（harmonization）方式」，係指華人發展出來以保持和諧或避免不和的獨特方式；其主要作用，一則為擴大差異或不平的覺察闖與容忍度；再者，進一步將所謂的「虛性和諧」轉化為「實性和諧」。黃氏以個人內心、關係倫理、社會規範、功效思慮四個層次，詳細地說明華人之各種意識型態所推行出的和諧化方式，共可分為十三種，簡要介紹如下：

1. 個人內心的層次：目的在追求內在心靈境界的安詳恬靜，並經由自我調整達至修身養性之最高境界，方式包括：
 - (1) 自然無為：不強調自我意見或需求，也不費力去回應或滿足對方，因而將不和問題推到空白地帶，無從解決亦無從擴大，隨時間的流逝而淡化消失。
 - (2) 精神超越：將自我從執著中解放出來。透過注意力的轉換或觀點上的轉化，超越、遠離困境而至另一精神境界，獲致內心和諧。
 - (3) 道德累積：透過反身而誠、盡心養性等個人之道德修養功夫，去私欲、行仁義，使剛柔合宜，而達到和諧境界。
 - (4) 自我節制：有賴分辨善惡、判斷是非的理智，進而以理性來調節、節制己身的私欲與情緒，在情理協調中獲得和諧。
2. 關係倫理的層次：目的在求仁義並重、和合愉悅的人際關係，方式包括：
 - (1) 恪守名分：每人皆能瞭解、接受且依本分行事，無逾越名分的想法行為出現，則人我間自無爭端，保有群體秩序與和諧。
 - (2) 尊親差等：透過確認兩人關係落在長幼尊卑或親疏遠近中的哪一定點上，再據以行動，自形成一排比有序的和諧社會。
 - (3) 義先於利：一切依義務原則盡其在我而行，自我負責而不要求對方；亦即不堅持自我權利，必要時還能自我犧牲以求和。

3. 社會規範的層次：目的在維護社會的安定與秩序，方式包括：
 - (1) 正統權威：讓社會中的個體皆依循具正統權威之思想進路或行為法則，將各種殊異加以約制，以確保社會的和諧。
 - (2) 依法行事：以具公平性和齊一性的是非客觀標準及賞罰原則，達到治眾的目的維護社會和諧。
 - (3) 順應天理：人類須以天理為行為依據，才能避免天遣而獲致幸福。天理雖非具體可見之法則，但卻深植人心，影響人類行為甚巨。
4. 功效思慮的層次：目的在為個人或雙方爭取最大利益或減至最小損失，包括：
 - (1) 實用理性：透過消融、模糊彼此不相容之處，使解決方法融攝了雙方特性，達到兼容並蓄的和諧化目的。
 - (2) 利害權衡：試圖在利中取大，害中取小；以利弊得失作為是否追求和諧或採取何種方式獲得和諧的重要衡鑑標準。
 - (3) 權謀運用：運用權宜措施達到和諧，並確保最大利益；以退為進、以靜制動、陽奉陰違、吃虧就是佔便宜等皆為此理。

當個人所面對的情境中，強調的要求或目標不同，或因應每個人所思慮的層次不同，其強調或採用的和諧化方式便出現差異。除透過和諧化方式維持和諧、避免不和外，一旦衝突發生，也必然需要一套衝突化解方式來淡化衝突，使之歸於平和。黃曬莉（2006）以「接納 VS. 抗拒對方的利益或意見」與「接納 VS. 抗拒己方之利益或意見」為縱橫的兩個向度，劃分出四個象限來代表四種衝突化解的方向，以下分別摘述之：

1. 協調：一種雙方皆有利的「雙贏」衝突處理方式，也是最有建設性、理想性，而執行上較易有出入的方式，包括：
 - (1) 相濟相成：雙方焦點轉移到共利的長遠目標上，化衝突為良性競爭，再化競爭為共同合作，能達到兼容並蓄的和諧目的。
 - (2) 折衷妥協：以中庸思想為基礎，雙方各退一步，捨棄自我堅持而換取和諧。常由中間人以面子與人情的運作，取得雙方「雖不滿意但可接受」的結果，是華人社會中最盛行也最受讚許的方式。
 - (3) 協商談判：雙方在權衡利害後各有進退、相互交換；談判主要著眼於功利的考量，適用於工具性、陌生敵對或多重利害的關係。
2. 抗爭：一種「輸贏對立」，為爭取己利或維護自己的立場，不斷聲張自己主張權益，而不惜去削弱或抨擊對方的方法。抗爭所達到的統制性和諧只是一種不穩固的虛性和諧，過程中也要付出相當大的代價，最後則可能會引發衝

突後焦慮，有著懊悔不已的罪惡感。其方式包括：

- (1) 據理力爭：認為為自己爭取權益是合理的，勇於表達意見，企圖說服他人認同自己，但不一定要去傷害或毀損對方，也非故意去損害對方。
 - (2) 威權強制：利用個人既有的權勢或多數人的公眾壓力，企圖以說服、命令或壓制等方式，強迫對方屈從或不戰而退，來達到統治性的和諧。
 - (3) 出擊反擊：以攻擊來打敗對方，贏得己方的勝利，或為了報復來自對方的攻擊而予以反擊，但最終可能落入兩敗俱傷或關係斷裂的局面。
3. 退避：一種對雙方皆不利的「雙輸」衝突處理方式。既不讓對方遂其所願，必要時也不惜犧牲自己。其方式包括：
- (1) 玉石俱焚：以犧牲自己的消極方式來干擾對方，使對方不能遂其所願，常導致兩敗俱傷或同歸於盡的局面。
 - (2) 消極抵制：以被動、不合作、不配合的消極方式，使對方不能遂其所願，雙方皆無獲利，但自己至少不需太過犧牲。
 - (3) 隔離退棄：於衝突中抽身而退，離開衝突情境，一方面希望避免衝突擴大或高升，一方面避免自己失態或無獲，求獨善其身或自求多福。
4. 忍讓：放棄己見來順從對方，或犧牲己利來成全對方的委曲求全方式。在華人文化中被視為化解衝突最重要的法寶，可達到人際和諧、避免禍害、修身養性與超越人生等功能。
- (1) 自我壓抑：忍氣吞聲，抑制負面情緒。常出現在上下差序關係與面對強敵時。雖可暫時淡化衝突，但長期下來會對身心造成不良壓力與影響。
 - (2) 阿 Q 精神：「吃虧就是佔便宜」的認知轉化，犧牲眼前利益而代之以精神慰藉，且人際間的互惠性也可讓吃虧者在他日他處獲得人情的回報。有時吃虧亦可獲得道德上的優勢與肯定，並提升人性的層次與生命的境界，甚至是反敗為勝。
 - (3) 順勢迂迴：有目標的策略性忍讓方式，衝突發生時先靜觀其變，以退為進，默默培養實力與耐性韌性，待時機成熟便可克敵致勝。

透過上述文獻之整理，我們可看到學者們皆一致強調傳統華人文化中，和諧性的重要價值；此和諧價值遍及了天人關係、個人內在、人我關係、以至國家社會的秩序維持，皆以「和」為最高原則及理想境界。為達此境界，華人社會發展出其獨特的衝突化解模式與維持和諧、避免衝突的多元方法。從黃光國（2005b，2005c）與黃曬莉（2005，2006）所提出之衝突化解模式及方法，可明顯看到其

共通點在於，當論及華人對衝突的管理與衝突化解之運作時，所談的不單是衝突的出現與消失，也同等重視（甚至更重視）對和諧的強調與維護，以和諧為最終依歸；而既然和諧為華人文化的核心思維，和合性為華人之心靈所繫，所衍生出之和諧化與衝突化解方式也就趨於多元，以能成為各種情境之因應策略；而每一種策略執行的背後，實又與華人文化中，歷代傳承之各種意識型態是深深連結的。

由此，我們亦可說，前節所談論之華人自我及人我關係，與華人文化中的和諧觀念是一脈相連的。在和諧價值的強調下，華人自我致力於追求並維持個人內在之協調平衡，及人我關係間之協調平衡，目的在使個人的自我狀態及與周圍環境之關係，皆能達到一和諧互融的理想境界。此尋求心理社會均衡狀態的目標，不僅在傳統華人社會中被重視，面對當前台灣社會中，日趨多元的文化所帶來的衝擊及影響，個人內在心靈與人我關係的拿捏皆面臨了更多的衝突與考驗，當代華人如何維持自我與人我關係之和諧均衡，是為更重要也更艱難的任務之一。從事諮商實務工作者，亦應在協助當事人處理自身衝突或人際衝突時，對其所持有之文化價值思維脈絡有更清楚的理解與認知，以協助其能真正透過諮商的協助，回到其所存在之社會脈絡中。

第三節 華人社會文化中之家庭觀與婚姻觀

本節主要在探討華人社會文化中的家庭觀與婚姻觀。藉由回顧華人傳統文化中的家庭觀與婚姻觀，瞭解婚姻在傳統華人文化中的特殊意義，及家庭對婚姻的重要影響；再呈現在現代化與西方文化的影響下，華人家庭觀與婚姻觀出現的轉變，以及傳統／現代文化並存下，對華人現代婚姻帶來的衝擊與考驗。

壹、華人社會文化中的家庭觀及其重要特徵

傳統華人社會文化是以家庭為基礎的。數千年來，華人生活在一套家族文化的網絡中，家不僅是社會的核心，更是個人生活的宇宙。家庭的功能是全面的，從生產、消費、教育、宗教、休閒生活、以至感情生活等，皆自成一個單位，可滿足家庭成員從生到死的所有需求；而此全面性功能之形成，與傳統農業社會之生活型態息息相關。家庭的重要性亦反映在儒家文化以家為本位的思維中。儒家思想以「人倫」為個人存在之界定，而家庭即為實踐人倫規範的起點與主要場域，個人一旦失去了自身在家族中的角色，也就幾乎等於失去做為一個人的意義與價值。在生存環境與儒家思想的交相影響中，家的地位與價值在千年演變下愈形複雜、獨特且穩固，而當中代代相傳的許多價值觀也不斷影響著整個社會的運作(李亦園，1988；金耀基，1992；麻國慶，2000；梁漱溟，1963；楊國樞，1993，1997；楊國樞、葉明華，2005；蔡文輝，1998；蔡勇美、伊慶春，1996；K. S. Yang, 1995)。

在探討華人家庭觀與家庭文化特徵前，可先來看傳統華人對「家」的界定。在傳統華人的觀念中，「家」的概念如同「自我」的概念一樣，並沒有一個清晰的界定或嚴格的界限，而可依其需要，沿親屬差序向外擴大，是極富伸縮性與包容性的。家的範圍橫向可擴及家族、宗族、以至氏族，縱向則上通祖先，下及子孫；故傳統華人社會的家是一個延續的、多面的、巨型的家，不因個人的長成而分裂，不因個人的死亡而結束(金耀基，1992；麻國慶，2000；費孝通，1948；謝繼昌，1999)。

然而，即便「家」的延伸不受時空的限制，在父系社會的運作法則下，親屬認同範圍與擴大路線僅限於男系家族，故李亦園將「家」定義為「一群有相同祖先的男性後代及其配偶和未婚子女可組成的團體」，只有在此範疇內的親屬，才是所謂的「家裡人」，超過此範圍之外的母(妻)方親屬，都只是「局外人」。因此我們可說，傳統的華人家庭是百世不分與父系權威的。因家的概念具時空上的延續性，將男性世家的家名及香火一代代傳下去成為家族成員最重要的使命，「絕後」是華人意識中最大的不幸與恐懼(李亦園，1988；金耀基，1992；麻國慶，2000；費孝通，1948；謝繼昌，1999)。

以下將由華人之家族主義、父系為重與位階尊卑、孝道倫理三大特徵探討傳

統華人之家庭觀。「家族主義」呈現出傳統華人以家族為重的社會價值觀；「父系為重與位階尊卑」反映出傳統華人家庭「父子軸」之主要親屬支配關係，此支配關係影響了整個家庭的運作；「孝道倫理」則代表了用以維繫父子軸之關係運作的核心價值，茲分述如下：

（一） 家族主義

傳統文化中之華人家庭觀首先可由家族主義（familism）的角度來加以討論與瞭解。楊國樞（1993）曾指出，傳統華人的社會互動基本法則為社會取向，而家族取向即為社會取向中最重要而基本的次級取向。傳統的華人社會中，基本的結構與功能單位是家族而非個人，家族是農業社會之經濟與社會生活的核心，家的穩定、和諧與延續是攸關生存的必要條件，形成華人幾乎凡事以家為重的家族主義（李亦園，1988；李樹青，1978；楊國樞，1993；楊國樞、葉明華，2005；葉明華、楊國樞，1997；K. S. Yang, 1995）。葉明華與楊國樞（1997；楊國樞、葉明華，2005）從人格與社會心理學的觀點，將家族主義視為一套態度系統，分為認知、情感、與意願三個層次說明其主要內涵：

1. 認知層次的內涵：

- (1)強調家族延續：個人生命僅是家族生命傳承的一個環節，首要目標在盡力維持家族的存在與延續，而延續之脈絡是依父傳子的父系原則進行。
- (2)強調家族和諧：儒家倫理強調「父子篤，兄弟睦，夫婦合」，家中成員應依倫理既定之原則相待，以維繫家庭和諧安樂，或至少避免衝突。
- (3)強調家族團結：家族成員基於相同的血緣親情，強調彼此榮辱與共、禍福相依，共同維護家族，抵禦外侮。
- (4)強調家族富足：因農業社會生產力有其上限，易出現資源匱乏的狀態，因而努力追求家族的富足，重視個人勤勞節儉與家族共產的不斷累積，做為日後兄弟均分的祖傳家業。
- (5)強調家族名譽：個人需努力光耀門楣，以達到維護並增進家族聲譽的目的，使家族在社會上受人尊敬、有較好的地位。

2. 情感層次的內涵：

- (1)一體感：家人間基於相同血緣或姻緣親情，有融合為一體的強烈情感。
- (2)歸屬感：個人在家中具永不改變的成員地位，情感上有歸屬、有依附。
- (3)關愛感：關懷家中每一份子，是一種強烈的內團體偏愛現象。
- (4)榮辱感：將家族、家人之榮辱視為自身榮辱。

(5)責任感：對家族有強烈責任感，無條件為家族及家人做其所當做之事，不求對等的回報。

(6)安全感：家族是終生的庇護所，家人是終生的支持與保護者，彼此在責任原則下形成一種無條件的相互依賴與信任。

3. 意願層次的內涵：

(1)繁衍子孫：具強烈的繁衍子孫意願，強調多子多孫與男嗣偏好。

(2)相互依賴：常以家人為依賴或求助對象，也希望被家人所依賴。

(3)忍耐自抑：為了家族團結和諧，個人必須控制自我衝動，馴服自我慾望。

(4)謙讓順同：為了家族團結和諧，還要培養謙讓態度，並強調彼此的共同性，避免出現與大家不同的想法與做法。

(5)為家奮鬥：個人必須為家庭的榮譽與富足盡心盡力、努力奮鬥。

(6)上下差序：願在家人關係的上下差序中盡個人本分，依角色行事，服從父親絕對的權威。

(7)內外有別：與人的關係有重要的內外、親疏區別，對家人照顧、重視、信任，對外人則少有關心並抱持懷疑。

(二) 父系為重與位階尊卑

傳統華人社會是父系社會，以男性為家族的中心及家族香火的延續，父子關係為家庭內最重要的關係結構，所有其他關係皆被認為是父子關係的擴展，或是附屬的、輔助的關係。父權也因此成為華人社會中一種重要的權威形式，以父系角色規範來架構所有的權力關係，父對子（輩分關係之長輩優先）、長對幼（年齡關係之長兄優先）、男對女（性別關係之男性優先）皆呈現不對等的從屬關係（胡幼慧，1995；陳秉華，游淑瑜，2001；麻國慶，2000；葉光輝、黃宗堅、邱雅沂，2006；蔡文輝，1998）。楊國樞（1997）認為，此父系、父權為重之傳統華人家庭特色的形成，與農耕社會須以男性為家庭主力有關。

許烺光在研究人類的親屬關係與結構時，曾提出一套優勢親屬文化假說，稱為「許氏假說」（Hsu hypothesis）。他認為在每個社會的親屬結構中，各種親屬關係之重要性並不相等，而其中只有一種支配性的關係，以其特性影響親屬結構中所有其他關係。在華人傳統社會中，具優勢的支配性關係即為父子關係。因此，傳統華人家庭文化為一種「父子軸文化」，此類型之家庭亦稱為「父子軸家庭」（李亦園，1988；Hsu, 1965, 1971a）。

父子軸家庭具有五種支配性屬性，分別為：1.血統性（consanguinity）—父子關係的建立與維持以血緣為基礎，此基礎所形成之親密感加強了此關係的心理

與社會連結；2.連續性（continuity）－為一系列永不間斷之代代相傳的父子鏈；3.包容性（inclusiveness）－父子關係可以一對多，對有子與收子的態度是包容接納的；4.權威性（authority）－父對子具有無上的權利，子亦同意並服從其權威；5.非性性（asexuality）－對性採避諱與忘卻的態度，盡量避免與性有關的事物及意識（李亦園，1988；楊國樞，1997；Hsu, 1963, 1965, 1971a）。父子軸家庭中，父子關係的屬性會影響其他家人關係，因此家中人與人之間互動的模式也深受此等屬性所左右。在此五種支配性屬性的影響下，父子軸家庭呈現出如下的內部運作特徵（姜躍濱，1991；高旭繁、陸洛，2006；楊國樞，1997；葉光輝、黃宗堅、邱雅沂，2006；蔡文輝，1998）：

1. 男性中心：家庭中男性為支配者，所擁有的特權與實權皆遠超過女性。女性地位低微，具高度的可被取代性。只要有男性存在（有父有子）即可成為完整家庭，女性不必一定存在。
2. 集體取向：以家庭為重，個人為輕。家庭個別成員為成就家庭目標、維護家庭利益、達到家庭整體福祉的手段或工具，個體地位是次要的，須壓抑個人需求，犧牲個人幸福，家庭立場與利益是唯一重要的事。
3. 垂直排序：強調上下階序的排列，男尊女卑、長幼有序，目的在使人安於農業社會物資有限的不平等分配，有助於傳統家庭與社會秩序的維持。個人學會之應對進退與社交技巧是對上遵從、對下命令，而非平起平坐。
4. 代間同居：居住法則依循「從父居」，父子兩代以上終身同居，而非階段性或暫時性的。此法則源自農業社會勞力密集的生產方式，需要集中男性人力從事生產，父子兩代以上長期同居有利於務農的經濟活動。
5. 單向優勢：家中的人際關係並非平等，權力運作的方向是單向的。優勢者約束、控制及支配弱勢者；弱勢者對優勢者則無影響力。此單向的強制約束有利於減少家庭內部權力衝突。
6. 角色優先：所有家庭成員的關係都以成對的角色關係來看待，每個角色都有一定的倫理規範，角色責任遠重於個人意見、思想及情緒的表達。人際關係相當程度地被角色化、形式化，個人具高度的可被取代性。
7. 擴散主義：只要經濟許可，家族便積極擴充成員數目。家庭資源的分配擴及每一成員，但分配的方式及個人所得並不相等。擴大的家庭是一種理想模式，多代多人同居表示家族繁榮昌盛，也是社會安寧的象徵。
8. 責任為重：家庭成員的互動關係，主要依責任法則運作，社會交換的成分低，不講求利害關係，只問負責，不求回報。一般而言，家中的社會交換被認為是「不好、不該」，且不可公開的。

(三) 孝道倫理

要維持、運作上述以父子為主軸展開的社會關係及嚴格的父權制度，必須有一種價值系統加以維繫與穩固之，「孝」便是儒家強調的中心價值，是所有家庭倫理的核心基礎，維持家庭和諧運作最重要的因素(金耀基，1992;蔡文輝，1998)。

儒家思想是以家庭為思想體系的出發點，儒家學說的核心是仁，而孝悌為仁之本。孝的觀念並非儒家所創，但儒家把孝做為一個倫理學的範疇提出來，使它成為人倫關係中天然的親緣基礎。「為人子者，生者養，死者祭」，是一生皆要奉行的行為規準。父母對子女具有無上的權威，即使「父不慈，子不可不孝」；不孝在傳統華人社會是一種最不可饒恕的罪過，不只為家人所不容，亦為社會國家所不容。因此，孝道成了維繫傳統華人大家庭制度的基礎，凡家庭中一切衝突，一言及孝，都可無形消弭。葉光輝引許烺光之言：「在孝道的名義下，沒有一種行為是太苛刻地或困難地。」由此可見，孝道在儒家思想的推崇與重視下，已成為華人所有道德體系中，最具影響力的德行；孝順觀念在華人心中內化之深，其程度實已超越其他價值(陳秉華、游淑瑜，2001;葉光輝、楊國樞，1988;蔡文輝，1998;劉家和，1999)。

在傳統華人社會所規範的禮制中，廣義的孝為事祖之孝，狹義的孝為事親之孝。事親之孝又分為生前之孝與死後之孝，「生前之孝」要者有三：第一是經濟上的供給，即「謹身節用，以養父母」，「事父母能竭其力」；第二為恭敬順從，包含對父母之命勿逆勿怠、遵從父母的意志(愛父母之所愛，敬父母之所敬)、與善事父母；第三是能諫父母之過，諫勸目的在於保證家庭與宗族間的協調，從而維護家庭的根本利益。「死後之孝」要者有二：第一是重喪祭，所謂「喪事不敢不勉」、「祭盡其敬」；第二是繼承父志，遵行父之道，即孔子所言：「父在觀其志，父沒觀其行，三年無改於父之道，可謂孝矣。」(陶毅、明欣，1994)。

欲總歸孝道之意涵，儒家諸子有不同的主張，大體而言，愛敬雙親、保身及尚禮為傳統孝道意義中較核心的部分(葉光輝，2005)。楊國樞(1985)將孝道視為一套子女以父母為主要對象之社會態度與社會行為的組合；其中的態度可分為三個層次：孝知、孝感和孝意，分別代表子女對父母及其相關事物的認知瞭解、情緒感受及行為意向。楊氏亦對記載於禮記、四書、孝經及著名家訓中有關孝道的語句事例進行內容分析，發現傳統孝道之主要內涵包括了：敬愛雙親、順從雙親(無違)、諫親以理(勿陷不義)、事親以禮、繼承志業、顯揚親名、思慕親情、娛親以道、使親無憂、隨侍在側、奉養雙親(養體與養志)、愛護自己、為親留後、葬之以禮、祀之以禮等十五項。楊國樞、葉光輝及黃曬莉(1989)再根據上述十五項內涵編製孝道量表，獲得尊親懇親、抑己順親、奉養祭念、護親榮親四個孝道主要成分。

Yeh 與 Bedford(2003;葉光輝，2005)則提出「雙元孝道模型」(dual filial piety model)，說明孝道觀念包含「互惠性孝道」與「權威性孝道」兩種內涵。互惠性

孝道源自子女欲回報父母的生養之恩，及與父母互動中的親密情感，是儒家文化中「報」與「親親」兩個重要的人際互動原則；權威性孝道則源自對角色規範與要求的重視，反映對階級與權威的順從，及對個人自主性的壓抑，是以儒家的「尊尊」原則為運作的機轉。葉光輝（1997）曾以驗證式因素分析楊國樞等獲得之孝道四成分，確認它們分屬於雙元孝道模型中更高階層的互惠性（尊親懇親、奉養祭念）與權威性（抑己順親、護親榮親）孝道成分；並經研究進一步指出，隨著時代變遷，「抑己順親」與「護親榮親」的孝道觀念已在親子間威權減弱的影響下，降低其重要性；但「尊親懇親」與「奉養祭念」等孝道觀念仍在親子間情感連結的維繫中，占相當重要的地位。

貳、華人社會文化中的婚姻觀與夫妻關係

在華人傳統「家的文化」影響下，婚姻是家族的延續（高旭繁、陸洛，2006），是被歸屬在家族底下的一件「家族之事」，因而理所當然地接受家族的安排與限制。根深柢固的家庭觀念對傳統華人婚姻有重要的影響，家族的生存與婚姻功能呈現一脈相連的面貌。以下將透過「傳統華人之婚姻意義與婚姻主要功能」、「妻子在傳統華人婚姻中的地位與角色義務」、「華人文化中的夫妻關係與夫妻感情」，呈現婚姻與夫妻關係在傳統華人社會中的獨特樣貌。

（一） 傳統華人之婚姻意義與婚姻主要功能

華人傳統的婚姻締結觀念，以陰陽學說為根本依據，以宗法秩序為主要憑藉，並以男女之別為存在的基礎，體現出一種天人相應的特徵。所謂「天陽地陰，天地絪縕而化生萬物；男陽女陰，男女結合而衍生人類」，是故人倫之本切合天地陰陽之道，結婚是盡天職、全天倫，天經地義的任務，既成於自然，也順乎自然（陶毅、明欣，1994；劉雪貞，1995）。婚姻對傳統華人家族至少具有以下意義和功能：

1. 聯繫不同家族，形成社會親屬網絡

在傳統社會家族主義的影響下，婚姻不是兩個人的事，而是兩個家族的結合與男方家族的延續。《禮記》謂婚姻為「合二姓之好」，實質目的是在擴大（男方）家族的勢力，藉以抬高家族的社會地位。因此，對每個家族來說，家族成員的婚姻是該家族十分重要的大事，婚姻所關涉的並非僅是二位具體當事人，而是涉及到整個家族的每個成員，一榮俱榮，一損俱損，此為宗法社會的通例（姜躍濱，1991；陳秉華、游淑瑜，2001）。

也因此，婚姻與家族間具有相當密切的連帶關係，婚姻制度規範了結婚與離婚，家族制度則規範了夫妻關係、親屬關係與繼承制度等。中國古代的婚姻從屬於家庭，家庭又與家族、宗族密不可分，因此，宗法家族制度成為婚姻家庭制度

的有機組成部分（陶毅、明欣，1994），所有制度一脈相連，對婚姻的形成與發展具主導與約制的力量。

既然婚姻為家族大事，關係著家族未來的發展與生存，傳統婚姻常是聽從父母之命完成，必須符合家族期望。為人父母總是很謹慎地為兒子選擇妻子，但並非從其個人幸福來做考量，而是為家族找一個合乎條件的媳婦；換言之，兒子與媳婦都只能算是處於被動的角色。以家族整體利益而言，通常門當戶對是最不容易發生問題的婚姻。雖然並非所有出於家庭的選擇都必然和個人的喜好有所衝突，但大體而言，中國舊式的婚姻與愛情是各自獨立的兩件事，大部分的婚姻是沒有愛情基礎的（伊慶春，1988；高旭繁、陸洛，2006；蔡文輝，1998）。

2. 延續夫家命脈，上以繼宗祖，下以延子嗣

傳統華人婚姻另一重大意義與功能，是做為家族延續的一種手段，上要能繼承祖宗煙火，下要能生育子孫，這是宗法家族得以保持不敗的兩個基本途徑。《禮記·昏義》：「昏禮者，…上以事宗廟，下以繼後世」；《禮記·哀公問》引孔子曰：「大婚，萬世之嗣也」，皆在傳達婚姻所承接之家族使命。所謂繼承香火尚包含了祖先的祭祀，亦即以婚姻為孝，透過婚姻為父母先祖尋找繼承祭祀之人。《禮記·祭統》：「孝子之事親也，有三道焉：生則養，沒則喪，喪畢則祭。……既內自盡，又外求助，昏禮是也。」即為此意。婚姻與祖宗先人的關聯大過締結連理的二人，祖宗的利益要高於當事人利益；也因此，女子嫁到夫家，必須要取得夫家祖先的承認，才能稱得上是夫家家族中的一員（姜躍濱，1991；高旭繁、陸洛，2006；趙雅博，1992；劉錦賢，2007；Hsu, 1971b）。

然而，女子有事宗廟之責，卻不具接繼煙火之身分。一個家族若不能生育男兒，就等於斷了祖宗煙火；不孝有三，無後為大，是為大家耳熟能詳的孝道法則。因此，為了綿延家族，丈夫可以多妻多妾，妻子亦應為家族延續做出忍讓、包容及犧牲。華人文化對祭祀祖宗與生育男兒的強調，比任何一個民族都來得看重（姜躍濱，1991；趙雅博，1992）

3. 以婚姻定人倫之序、宣洩人的性本能衝動，維護社會秩序的穩定

夫妻關係是一切人倫關係的基礎，它的第一個意義在於禮本於婚。在崇尚理智的古代社會中，婚姻制度成了社會制度的根基。正統的倫理觀念認為，做為人倫之始的男女婚配，確立了「夫婦之義」。當中的重要意涵一則為連結夫婦的不是情或愛，而是做「宜」解的「義」，這顯然賦予它能夠符合當時社會需求的基本性質，同時排除了個人的好惡與情感；二則為「夫婦之義」只是「綱紀」的起點，《禮記·昏禮》：「夫婦有義而後父子有親，父子有親而後君臣有正」；《易經·序卦傳》亦云：「有天地，然後有萬物；有萬物，然後有男女；有男女然後有夫婦；有夫婦，然後有父子；有父子，然後有君臣；有君臣，然後有上下；有上下，然後禮義有所錯。」此皆說明婚姻關係構成了尊卑上下等級秩序的基礎（陶毅、

明欣，1994；劉錦賢，2007）。

以婚姻定人倫的第二個意義，在於藉生育男兒、延續香火之目的與要求，使得人之性本能衝動有一合法的宣洩管道。透過婚姻的結合，讓男性在社會規範下聘娶某一女性，讓女性歸屬於某一男性；以婚姻防範人民之淫亂，彰顯男女之別屬；如此就能解決男女各自的生理需求，而不致破壞既有的人倫秩序（姜躍濱，1991；劉錦賢，2007）。

總括此二種意義，婚姻能帶來社會秩序的穩定，因而不僅為家族盼望，亦為社會所重視。孟子曰：「丈夫生而願為之有室，女子生而願為之有家。父母之心，人皆有之。」此實道出為人父母者之共同心願。成年男子皆有妻室，成年女子皆有夫家，「男有分，女有歸」，則「內無怨女，外無曠夫」，而能維繫社會結構之穩固（劉錦賢，2007）。在此觀念下，亦形成華人視婚姻為人生必要選擇與最終歸宿的婚姻態度。

4. 娶妻增加夫家勞動力，操持家務、侍奉公婆

中國古代社會在男女分工方面，行「男主外，女主內」的主流意識。儒學強調家族內部秩序的穩定有序，強調家庭的每一成員無條件地為家庭義務奉獻；因此，生兒育女、操持家務、侍奉公婆，成為妻子義不容辭的責任（姜躍濱，1991）。

妻子有職責要操持家務；然而，家庭內部的模式並不是為女性所制定，而是圍繞男性的利益來建構的。家庭的大權實際上掌握在男性手裡，女性治家不是按自身的利益與意志，而是按著男性的利益與意志來管理家務，是做為男性的工具去處理家中所有的關係。是故，她們是在為男權賣命出力；她們把家庭治理得愈井然有序，自身的地位也就愈卑微，男權的基石也愈加牢固（姜躍濱，1991）。

（二） 妻子在傳統華人婚姻中的地位與角色義務

上述四項婚姻功能顧及到了儒家所謂人倫與人欲兩大本性，但卻明顯可見是由男性的立場出發，且對女性的角色規範與約束遠多於男性；這是因為傳統父子軸家庭觀所導引出的婚姻觀，是以男方家族為主，以女方家族為輔（高旭繁、陸洛，2006；姜躍濱，1991）。中國古代的禮與法在婚姻家庭的權利義務關係上，採用不同的本位制，對尊長與男性而言是權利本位，對卑幼與女性而言是義務本位（陶毅、明欣，1994）。因此，男方在婚姻中處於優勢地位，婚姻對女性而言，代表著一連串的配合與適應（利翠珊，1995）。

傳統華人婚姻中，妻子的地位是卑微的，這不單是就夫妻關係而言，而是在整個家族，甚至社會上皆為如此。所謂「君為臣綱，父為子綱，夫為妻綱」，此三綱一環扣一環，女性處在此綱維的最下層，一舉一動都要對丈夫、對家族負責（姜躍濱，1991）。社會賦予女性「三從四德」的枷鎖，是女性必須要去遵守的人倫職責。女性在此規範下自我約束、自我塑造，以自我人格的犧牲去換得男方

家族與社會的承認。此外，當妻子嫁入夫家，她也失去了自己在原生家庭的身分，脫離了父母家庭的關係網，而進入丈夫家庭的關係網，公婆自此取代了親生父母。古代女子出嫁稱為「歸」，意思是女子從此有了歸宿，歸屬於夫，也歸屬夫的整個家族，她必須明確瞭解丈夫家族對她的重大涵義（任寅虎，1998；利翠珊，1999；姜躍濱，1991）。

在父系家族主義的觀念下，婚姻強調的是妻子對丈夫與夫家族的義務。妻的義務包括了從夫居、從夫姓、孝順公婆、嚴守貞節、屈從丈夫、主持家務、生育子嗣、教養兒女，其中又以孝順公婆和生育男兒為最主要。媳婦必須將公婆擺在最優先的地位，且要比夫家兒女更盡孝道。古代女子若無法對公婆善盡侍奉之責，不僅為文化所不容，也可能因此無法留在婚姻中，面臨被「休」的命運；若妻若未生兒子，亦可能必須忍受歧視眼光、忍夫納妾、或遭到遺棄。而即使到了現代，仍有研究指出，已婚男性認為妻子比自己在孝順公婆、教養子女上有更重要的責任（王行，1997），妻子之角色義務仍為女性是否會被家庭及社會視為「好女人」、「好媳婦」、「好妻子」的重要指標（利翠珊，1999；姜躍濱，1991；陳秉華、游淑瑜，2001；Hsu, 1971b）。

（三） 華人文化中的夫妻關係與夫妻情感

如前所述，華人傳統婚姻是一種父母之命，媒妁之言的婚姻，是整個家族的事而非個人的事；婚姻做為家族延續的功能性意義，遠勝於滿足個人福祉的情感性目的（高旭繁、陸洛，2006；蔡文輝，1998）。而即使撇開了繁衍子孫的最高目的，對當事人的要求也是「宜室宜家」，目的在完成五倫之一的道德義務，而較少關注男女雙方的幸福（何滿子，1997）。

綜觀中國古代禮法習俗與宗法制度的文化格局，男女關係的現象表現如下的實質：第一，愛情為禮教所排斥，有的只是完成倫常關係的婚姻；第二，人類文明所羞於明說的性關係被掩藏在傳宗接代的倫常道德義務之下（何滿子，1997）。換言之，在傳統華人婚姻裡，「角色」遠比「情感」重要的多。個人一旦進入婚姻，就被賦予許多的角色期望，情感的需求往往被視為次要（利翠珊，2000）。夫妻關係呈現出一種「角色關係」與「主從關係」，且隸屬於整個大家庭之下。

1. 角色關係

婚姻的權利和義務，乃是角色與角色所發生的關係。夫妻、父母、子女等角色的行為模式，大體均已預先規定，代代相傳，由父母承其先以啟其後。在過去傳統而穩定的社會裡，婚姻角色的行為模式相當統一，為社會所一致認可，幾乎無改變的餘地。社會以強大壓力支持這些角色行為與關係，遵守者予以讚許，違背者予以譴責（朱岑樓，1991）。角色關係界定了夫妻相待之道，也界定了男女的性別分工。家事的操持、子女的教養等責任主要落在女性身上，而男性則負責家庭的重要決策（陳秉華、游淑瑜，2001），並為家庭的經濟支柱。人們對自身

的角色責任無異議地執行與遵從，形成了婚姻與家庭的可靠性與牢固性。

2. 主從關係

在華人傳統觀念中，常認為「夫妻一體」；但事實上妻的地位低於夫，所謂「一體」，是「與尊者一體」，妻融入夫之體，人格為夫所吸收，成為夫的附屬物。宗族制下的婦女無獨立人格，始終處於依附的地位，無獨立的姓名權、無私有財產、在社會與政治生活亦無獨立的權利與地位，與外界的來往都得依賴丈夫，由夫代理；丈夫之於妻子，儼如主人或監護人（朱岑樓，1991；任寅虎，1998；陶毅、明欣，1994）。妻從夫姓亦說明了此從屬關係（任寅虎，1998），即便現今冠夫姓的現象已消失，但結婚後的女方，仍多被稱為「某（夫姓）太太」、「某（夫姓）夫人」，而非自己的姓氏。

「夫妻關係」除本身為一種角色關係、主從關係外，在傳統華人社會裡，夫妻關係是附屬於家庭關係底下，不被強調與重視的。社會強調父子關係而壓抑夫妻關係，夫妻關係僅是父子關係的附屬與補充，只能服從於父子關係。在孝道主義的文化下，為人子女必須在婚姻中優先考慮照顧與滿足父母的需要；丈夫也必須與他的家人保持比妻子更密切的關係（陳秉華、游淑瑜，2001；蔡文輝，1998；Hsu, 1971b）。黃馨慧（1998；引自陳秉華、游淑瑜，2001）的研究即指出，台灣男性比女性更認為順從父母比夫妻關係重要，而女性則比男性更重視親子關係甚於夫妻關係，夫妻關係皆不是他們的首要關注。

在這樣的文化背景下，傳統婚姻中的夫妻情感常常隱而不見，即使存在，也是不能、不宜被表現出來的。蔡文輝（1998）引 Olag Lang 之言：「在古老的中國社會裡，人們沒有被教導期待從婚姻中得到愛和快樂。」許焯光（2002）亦表示，傳統華人認為維繫婚姻並不在婚約雙方相愛與否，而在於一些非關浪漫的條件，例如：能力、財富、健康、家族聲望、男方母親的嚴厲或慈愛等等。夫妻間的瞭解和愛情很少，但是他們相敬如賓，互相諒解，忍耐與互助（蔡文輝，1998）。利翠珊（1997）則透過進一步檢視傳統華人夫妻以角色、付出為基礎的親密情感，指出對伴侶的感激與欣賞是夫妻之情中相當核心的感受。

參、社會變遷帶來家庭觀與婚姻觀的轉變

傳統的家庭觀與婚姻觀在華人悠久的文化歷史背景中形塑而成，流傳千年；然而，隨著近年來巨大的現代化社會變遷及西方文化影響，已經出現相當程度的轉變。此轉變一方面降低了傳統文化的影響力，一方面也因新添了現代文化思維而愈顯豐富多元，兩種文化的並存、相互衝擊，為現代華人婚姻帶來更多的考驗。

在現代工商業社會中，人們的生存不再依賴土地，而能從土地及傳統家庭中解放出來，成為可自由遷移的獨立個體；個人不僅是生產與消費的單位，亦是評

價與成就的單位，家庭不再如過往般具有全面性的永久功能，對個人的重要性與影響力也就明顯下降了許多。受到社會變遷的影響，家庭在結構與功能上的轉變，由傳統的大家庭型態轉變為夫妻、子女共組的小家庭；夫妻的結合也受到西方個人主義文化的影響，成為二人基於平等地位與自由原則，為追求更美好的生活而做的一種人生選擇。夫妻關係成為新一代核心小家庭中的主軸關係，夫妻關係存在，家庭才存在；夫妻關係和諧，家庭才得以維持與延續（楊國樞，1997；趙淑珠，蔡素妙，2002）。此種以夫妻關係為家中支配性關係的「夫妻軸家庭型態」，在當今的台灣社會已日益盛行，為長久以來的父子軸文化帶來新的衝擊。

以下將先對夫妻軸家庭型態之支配屬性、運作特徵及其帶來的現代婚姻觀予以介紹，再說明當代台灣社會所呈現之混合型家庭特徵，及其為現代華人夫妻帶來的衝突與考驗。

（一） 夫妻軸家庭型態的支配屬性、運作特徵、及現代婚姻觀

楊國樞（1997）指出，夫妻軸的家庭型態雖最早出現在西方社會，但並非是文化差異所造成的現象，而是時代演進的產物，是為因應現代化工商業社會而形成。夫妻軸家庭亦有其支配性屬性，且與父子軸家庭相對應，分別為：1.非血統性（non-consanguinity）－夫妻二人原無血緣關係，純粹以感情及意願為基礎而結合；2.不連續性（discontinuity）－夫妻關係非連續性，角色也不會相重疊，甚至態度上也表現出不願與他人連成一系的意願；3.排他性（exclusiveness）－夫妻關係不能與第三者分享，是一種社會心理的排他性；4.意志性（volition）－夫妻基於平等與自由原則，在兩情相悅與互利共生下結合；個人依意志行事、尊重彼此意願為相處原則；5.泛性性（sexuality）－異性結合強調性慾望的滿足，夫妻在性方面的吸引力是維持關係的重要因素。由此支配性屬性發展出的家庭內部運作法則，其特徵亦不同於父子軸家庭，分述如下：

1. 兩性平權：工商社會以個人為單位，不分男女，個人立足點皆相同。因此，夫妻二人地位與權力相同，且此平權觀念擴及家中的每一成員。
2. 個體取向：個體本身即是目的，而非達成家庭目標的手段。家庭組成的目的是為了滿足個人需求，個人幸福重於家庭整體福祉，個人地位先於家庭地位，家庭生活不是壓抑個人尊嚴與需求，而是強調並予以滿足。
3. 水平並處：不強調長幼有序、上下尊卑。夫妻間平等相待，其他成員間的權力差距也小。特別是親子之間，強調以互尊而自然的態度相對待，甚至以子女為中心，以子女的感受與成長為重。
4. 代間分居：親子兩代同居是基於保護與養育目的，是階段性的。同居可能妨礙親子個人追求自我幸福，故一旦子女成年，便會離巢獨立。
5. 雙向均勢：夫妻間權力相當，影響力也相近，沒有所謂優勢弱勢。親子間雖

然權力有差異，但基本上彼此交流是雙向的，互有影響的。家庭決策過程中有民主的觀念，每個人都有發言權及選擇權。

6. 感情優先：家中人際關係避免角色化與形式化，人際關係的性質取決於雙方的個人特徵及彼此好惡，強調情感交流，不偏重倫理法則。家庭中每個人都具有獨特的存在意義，個人具高度的不可被取代性。
7. 收斂主義：夫妻軸家庭成員愈少愈好。除了夫妻以外，子女往往不求多，其他親友盡量不加入此家庭。強調少數成員間彼此感情生活的密切聯繫。家庭資源的分配，除了人數上縮小範圍，對子女也往往只限於幼時。
8. 權利為重：人際互動強調個人享有的權利，也相對付出義務，具相當的社會交換性。親子間未必一定得求回報，但夫妻間則相當強調若欲享有某種權利，則應盡到付出某種義務來換取。

夫妻軸的家庭運作法則亦象徵了現代文化所強調的婚姻觀，包括：夫妻為各自獨立的個體，有其自由意志與個人意願（非一體）；重視夫妻兩性的平等平權（非男性中心或主從關係）；強調「情感優先」，夫妻情感為兩人關係的基礎，而非形式化的夫妻角色義務與倫理原則（非角色優先）；婚姻為一種人生的選擇，而不是必然要完成的事（非天經地義）等（高旭繁、陸洛，2006；陳秉華、李素芬、林美珣，2008；趙淑珠，2003）。這些富含西方個人主義及兩性平權的現代婚姻思維，已與傳統婚姻觀相當不同。

（二） 當代華人社會的混合型家庭特徵及其帶來的新考驗

傳統父子軸家庭與現代夫妻軸家庭之間存在著許多的差異，楊國樞（1997）指出，當代的華人社會，家庭結構顯然是由父子軸家庭型態轉向夫妻軸的家庭型態，但變遷的速度不可能很快，而會經歷一段相當漫長的過渡時期。在這段過渡時期中，許多家庭都是屬於「混合型家庭」，它們一方面保留了傳統的父子軸家庭部分特徵，另一方面增加了夫妻軸家庭的部分特徵。此兩種型態的家庭都包含了多向度的屬性與運作特徵，使得處在社會變遷中的「混合型家庭」會出現不同特徵面向上的轉變與過渡歷程，而各面向的轉變程度間可能存在著很大的變異。楊氏舉例說明，轉變最多的可能是由擴散主義轉向收斂主義這個特徵，其次可能是兩性平權、個體取向、雙向均勢與感情優先這些特徵的出現，轉變較少的則可能是垂直排序、代間同居、與責任為重這三個傳統特徵的維持。

高旭繁與陸洛（2006）認為，以傳統性和現代性兩套家庭與文化運作系統，來解析現代人在婚姻適應中的心理體驗與心理歷程是相當合宜的。當今台灣人共同置身在社會變遷的文化背景下，同時承襲著來自上一代的傳統婚姻觀念以及新來的西方現代潮流。但是，社會變遷是一個不斷變化的浸淫過程，就家庭的結構、功能及運作而言，整體趨勢雖然是由父子軸向夫妻軸變遷，但社會上、家庭內、人際間乃至個人內在，依然存在著相當大的變異。當單一家庭中，有的成員較具

父子軸家庭的觀念與行為，另一些人則較具夫妻軸家庭的觀念與行為，家庭關係以及各生活面向的運作可能就備受考驗。高氏與陸氏認為，當同屬一個家庭的夫與妻，在傳統性與現代性上的契合度高，整體的婚姻適應就愈佳；反之，若契合度愈低，則婚姻適應就愈差；而其研究結果亦支持，夫妻個人傳統性與現代性的契合，確實可能影響其婚姻適應。

由此，我們可以看到傳統與現代文化的並存，著實為當代華人夫妻帶來新的衝擊與婚姻適應的考驗。面對彼此在傳統性與現代性的差異，夫妻間生活運作的協調、夫妻關係的協調，都成為現代華人夫妻需學習的重要課題；更有甚者，與夫妻密切相關之雙方家庭系統，亦可能與夫、妻、或夫妻二人存在著觀念及行為模式上的傳統／現代文化差異，此差異帶來的衝突同樣會對婚姻造成影響。因此，對從事諮商實務工作的諮商者來說，處理當代華人夫妻的關係衝突，文化因素的考量是相當重要的，不僅要對傳統華人家庭與婚姻觀有所瞭解，亦要瞭解從傳統到現代，更多元的價值觀念對夫妻相處、夫妻關係帶來的考驗，若捨棄了文化的考量，對華人夫妻衝突困境的理解，勢必是有限的。

第四節 現代社會之夫妻關係衝突及因應方式

本節主要在探討現代社會中，夫妻關係的衝突來源與衝突因應。首先探討當今華人社會中，因社會的變遷與新舊文化的並存，夫妻間可能的衝突來源有哪些；其次，再探討夫妻面對婚姻衝突可能採行的因應方式，藉由國內外研究的呈現，比較當中的異同；最後，針對夫妻面對衝突時的互動歷程與協調歷程特性做一說明介紹。

壹、現代社會中華人夫妻之衝突來源

探討現代社會華人夫妻的衝突來源，可由兩方面來談起，其一為社會變遷下，夫妻二人之間或夫妻個人內在，因傳統與現代兩種特質的差異所帶來之矛盾與衝突；其二為現代化社會中，仍具相當影響力的傳統家庭因素，對婚姻關係所帶來的影響。以下將分此二方面來做說明：

(一) 傳統／現代文化特徵並存所帶來之夫妻個人內在衝突與夫妻關係衝突

從前面章節的文獻探討中我們可以發現，當今社會的華人，無論在自我觀、人我關係、家庭觀、婚姻觀，都出現了傳統與現代兩種文化特徵並存的現象，並為個人帶來了各種不同的內在衝突與人我關係衝突。這樣的情形在夫妻關係中，會因彼此之間更多的情感投注、更長的時間相處 (Brown & Amatea, 2000)，而更添其衝突的複雜度。陳秉華 (2004；林美珣, 2007；陳秉華、林美珣、李素芬, 2009) 從文化與家庭系統來分析社會變遷下的華人兩性伴侶關係，認為現今的華人兩性伴侶，正處在傳統儒家文化與現代西方個人主義文化兩股力量的交會與衝擊下，因此容易出現五種個人心理以及面對兩性與婚姻關係的矛盾與衝突，包括：

1. 個人自我的矛盾：獨立我或關係我的衝突。

個人內在一方面主張獨立自主與自我實現，但一方面又承受了社會賦予的角色責任與義務。以男性而言，他們一方面有著個人發展與獨立自主的需求，但面對家庭，也需要投入家庭與社會角色義務；就女性而言，一方面需要面對傳統對女性在家庭的角色義務，但也有其獨立自主發展的需要。

2. 父子軸與夫妻軸的矛盾：以父系家族為中心或以夫妻的核心小家庭為中心的衝突。

傳統父子軸的家庭結構，女性嫁入夫家後，就以夫家為中心，有著父子軸家庭的角色義務及倫理需要遵從與完成；現代的核心小家庭可能已走向夫妻軸的家庭運作型態，但仍因養育子女的需要，以及傳統孝道的倫理，而會與上一代的家族間有密切的往來關係，因而可能在兩個家庭系統間衍生出衝突與緊張，影響到

婚姻關係。例如婆媳關係，就是一個兩代間的三角關係，可能導致婆媳關係與婚姻關係的衝突，也複雜化了原先的母子關係。

3. 權力關係的矛盾：男性中心或兩性平權的衝突。

傳統家族主義與儒家文化以男性為中心，男性具支配主導的地位，女性則是順從配合，男女之間亦有清楚的角色分工；但受到西方個人主義與兩性平權的思想影響，特別是兩性中的女性，會更期待男女能夠平等平權，彼此協商角色分工，並享有獨立自我的發展空間，不再以男性為中心。處在新舊社會交替間的兩性，容易在使權力關係中出現衝突、關係緊張、或親密關係受阻，成為現代婚姻關係中的難題。

4. 情感關係投入的矛盾：情感獨立或融合的衝突。

傳統的兩性因男主外，女主內的角色分工，使得男性對於婚姻與家庭的感情生活涉入少，情感關係疏離，而女性以家庭子女為中心，情感的投入多且關係緊密；但面對兩性平權快速提升的現代華人社會，兩性關係與期待的轉變，男性被期待對家庭有更多的投入，包括在婚姻中投入感情，這對不習慣在情感上有較多涉入的男性而言是很大的挑戰，可能使男性因為在傳統兩性關係與互動方式上需要做出調整而造成壓力。

5. 關係衝突處理的矛盾：逃避或面對衝突。

傳統華人文化主張和諧關係，面對衝突時，個人依照階層中的角色關係彼此應對，減少了公開衝突的機會，對衝突中的負面情緒感受，也習慣以壓抑、隱忍、否認來處理。然而，現代的兩性關係中主張平等，男性不再被視為權力的中心，女性在面對兩性的衝突時，會出現用隱忍順從來因應還是要直接面對處理的內在衝突；而男性在面對女性的挑戰與衝突關係時，也會出現用傳統男性中心的高壓控制、或逃避不面對、或面對處理的內在衝突。再者，因個人主義意識的提升，對於個人的情感、需求也被鼓勵加以重視和表達，不因畏懼衝突而隱藏自我真實的想法與感受。這兩種不同的文化價值，使現代華人的兩性關係，對於衝突的迴避或面對，負向情感的壓抑或表達，常常陷入矛盾與衝突中。

楊國樞（1997；高旭繁、陸洛，2006）亦指出，現今在台灣社會占大多數的混合式家庭，同時保有了傳統父子軸與現代夫妻軸的特徵，容易出現各種人際衝突及個人內在衝突，並帶來夫妻間情感、溝通及生活上各方面的適應困難。楊氏將個人在社會變遷的因素下會出現的矛盾與衝突大略分為個人內的衝突、家人間的衝突與社會中的衝突三類，其中前兩類是為夫妻在兩人關係中所需面對的：

1. 個人內的衝突：家庭中的成員（主要指夫妻二人）中，每個人都可能受到傳統父子軸家庭觀念的影響，也可能受到現代夫妻軸家庭觀念的影響，於是他們的思想、觀念及價值觀，就可能同時依據這兩種家庭運作法則做判斷。個

人因而會出現在日常生活的事物處理上，應採用傳統或現代方式的矛盾。這類的衝突是存在個人內心的。

2. 家人間的衝突：在同一時間內，家庭成員現代化的程度都不同，每個人持有的父子軸家庭觀念與夫妻軸家庭觀念，強弱程度也就不盡相同，容易因彼此間傳統性與現代性的差異而構成衝突。加上若為夫妻關係，二人因過往家庭背景不同，養成習慣也有差異，當進入婚姻關係，生活層面的接觸廣泛而密切，若彼此在觀念與習慣上的差異太大，就容易產生許多矛盾與衝突。

楊氏(1997)進一步指出，混合型家庭容易出現的夫妻適應困難或衝突包括：家事分工、教養子女、家庭決策、外出就業、財產權益、親戚往來、結交朋友、姓名稱呼、外遇問題、離婚問題。楊氏認為，自傳統父子軸文化往現代夫妻軸文化轉變的過程中，當兩類觀念與特徵勢均力敵時，是矛盾與衝突最大的時候；楊氏判斷，目前台灣的現況，衝突似已過了最高點，但程度仍然相當強，所以這些矛盾與衝突還會在台灣社會中持續一段很長的時間。因此，探討社會變遷中的矛盾與衝突仍具相當的必要性。

(二) 仍具相當影響力之傳統華人家庭觀及雙方原生家庭因素

現代社會華人夫妻衝突的另一類來源，可由現代化社會中，仍具相當影響力的華人傳統家庭因素談起。

利翠珊(1995)在其夫妻互動歷程之探討研究中，蒐集 16 對台北地區結婚五年內之夫妻之婚姻資料，發現台灣現代社會的年輕夫妻，仍然受制來自雙方家族的影響，使其在描述自己婚姻中的某項理念、行為、夫妻相互對待方式上時，常常會牽涉到家族與文化的一些價值觀念。換言之，他們對婚姻的態度與行為並不僅僅反映他們自身的態度與行為。利氏從其深度訪談資料中，提出影響夫妻互動的背景因素，發現有以下三大點，而此三點都與傳統家庭觀念或雙方原生家庭密切相關：

1. 家族的價值觀念：此為影響夫妻互動的首要因素。即便所有受訪者都經由自由戀愛而結婚，但男女雙方在婚前的交往過程及婚後的適應中，大多數仍受到上一代或家族的影響，特別是在婚前的擇偶過程及婚後家庭角色的期待兩方面。其中，家族價值觀對婚前擇偶過程的影響主要發生在男方家族，亦即男方父母主動介入擇偶過程的比例較高，許多男性受訪者也都提到他們以家族為重的擇偶考慮。而家族價值觀對婚後家庭角色期待的影響，則較明顯表現在女性這一方，女性在面臨婚姻角色與生活中其他角色的衝突時，通常會依循男性家族的期待，承受較多的家庭責任。大體而言，男性家族的文化規範仍是婚姻生活上的基點，男女雙方仍受到華人傳統父系思想相當深的影響，而被賦予相當不同的期待及對待方式。
2. 兩代居住的安排：訪談資料顯示，在一般狀況下，女性仍是婚姻生活的主要

負責者，也視此壓力為自己應盡的義務。但另一方面，因現代社會男女婚後在性別角色的區隔以不如往昔，故就男性而言，若婚後與父母同住，先生必須扮演父母與妻子間居中協調的緩衝角色；在小家庭中，男性一方面仍背負著事業成功的壓力，一方面也必須分擔妻子辛勞，而在兩種負擔中感到衝突。

3. 家族資源的比較：父權文化基礎在某些狀況下並非牢不可破，特別當夫妻雙方原生家庭所能提供的資源不均等時，雙方家族的影響力也不均等。例如當女方家族較傳統，或較認同父系文化，則女方會較願意遵循父系文化對夫妻的規範；若當女方經濟條件背景較寬裕，且家庭關係較緊密時，則較不受父系文化所規範。所謂的家族資源包括了經濟資源、家族中的情感支持、及家族是否能提供夫妻所需的服務（如照顧小孩、料理食物等）。

張思嘉（2001）在其婚姻早期適應過程的研究中，蒐集 20 對台北地區結婚三年內的新婚夫妻資料進行分析，亦指出對新婚夫妻之婚姻適應產生重要且具決定性影響的脈絡背景因素，有以下三個層面：

1. 父系的家庭制度與家居安排：父系體系下形成了父居式的結構，因而出現婆（公）媳的新關係與相處的問題，也造成了重男嗣的結果，延續家族與奉養父母成為兒子最重要的責任，而妻子雖嫁入夫家並努力侍奉公婆，但仍被家族成員視為「外人」，使得女性適應過程困難重重。
2. 文化傳統對性別與夫妻角色的規範：夫妻對彼此婚姻角色的期待仍持續受到傳統角色規範「男主外女主內」的影響，尤以男性為甚。夫妻對性別角色的學習，形成他們對婚姻中夫妻角色的觀念與態度，而當雙方的態度與觀念有誤差時，常需要一段時間的適應與調整。
3. 原生家庭之家庭規則的差異：原生夫妻因各自家庭中的價值觀與生活習慣的不同，使得新婚夫妻在適應過程中發生困難。

張氏（2001）進一步指出，在此脈絡背景因素下，夫妻個人主觀經驗到的婚姻衝突來源可分為三大類：夫妻與原生家庭成員間的衝突、夫妻之間的相互適應、家庭與工作間的協調；可能出現之具體適應問題包括金錢的處理、家務分工、休閒生活的安排、社交網絡、日常生活及處事方式的協調、親子教養等。

由上述兩位學者所分別提出的三個影響夫妻互動之背景因素，我們可以看到，從婚前的擇偶、新婚的適應、婚姻生活的安排、乃至兩人的相處，根深柢固的華人家庭文化仍在婚姻的各個層面發揮其不同強度的影響力。

綜合上述現代華人夫妻之衝突來源，我們可以說，夫妻雙方從其不同的家庭環境與成長背景長成，來自原生家庭的價值觀、傳統化或現代化的程度，很根本地形塑了他們各自進入婚姻關係時的樣貌，成為他們建構夫妻關係、設想婚姻生活的基礎，當雙方的價值觀與傳統／現代化程度差異太大時，彼此的衝突就容易

發生。而另一方面，來自原生家庭的價值觀念還會透過家庭、周圍家人的力量，在兩人的婚姻生活中，一定程度地加在夫與妻的身上，成為他們各自的壓力，或是成為婚姻關係的議題、家庭關係的議題。甚至，家庭文化與傳統家庭觀念在華人社會文化中其實佔有相當核心的地位，即使到了現代，大環境中仍保存了許多華人重視的傳統文化內涵（如孝道、家庭倫理等），這些來自社會的眼光與期待，也有形無形地影響著婚姻關係中的男女雙方。夫妻二人除須面對個人內在與彼此間的傳統／現代化差距外，他們還必須面對家庭環境、社會環境直接或間接對婚姻帶來的影響，而讓婚姻之中的衝突更添複雜性。

貳、夫妻衝突之因應模式

研究婚姻的國內外學者，幾乎一致地指出婚姻中的衝突是正常且不可避免的，也同樣認為，衝突會對婚姻關係帶來正向或負向的影響，主要是依夫妻採取何種衝突因應方式及處理方式而定（洪雅真，2000；葉文輝，1998；Geis & Gilbert, 1996；Goodman, 1993；Gottman & Krokoff, 1989；Hopper & Dryden, 1991；Ridley, Wilhelm, & Suzra, 2001；Young & Long, 1998）；有學者抱以更正面的觀點，認為衝突為夫妻間帶來相互影響轉化的可能，為關係創造改變的機會（Gottman, 1993；Young & Long, 1998）。總之，衝突可以透過妥善的處理獲得正向的協商結果，諸多研究已指出良好的衝突因應策略對緊張的婚姻關係具有甚佳的緩解效果，亦與較高的婚姻滿意度有關，顯示出擁有適當之衝突因應策略對婚姻關係的重要性（李良哲，1997；周玉慧，2009；張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008；黃宗堅、葉光輝、謝雨生，2004；Brown & Amatea, 2000；Kurdek, 1995；Ridley, Wilhelm, & Surra, 2001）。

關於夫妻關係衝突的因應方式，近年來，國內外已有不少學者提出其研究發現。楊雅惠（1995）在其婚姻衝突現象與因應歷程研究中，蒐集到 12 位結婚五年以上之女性受訪資料，指出在其婚姻衝突因應策略中，以「表達自己想法或需求」及「劃分並尊重彼此的界線」占最多數，代表在衝突處理的過程中，表達與尊重是多數夫妻學習的處理方式；其餘的策略屬積極解決問題的有「讓情緒過去再冷靜溝通」、「互相退讓」、「尋求他人的支持或協助」、「共同瞭解引發衝突的來源」、「接受或深入瞭解配偶特質」、「觀察他人婚姻狀況」、「肯定自己做法」、「當成修正自己的動力」、「兩害相權取其輕並彌補缺失」、「自我充實」、「自我反省」、「換角度看事情」、「獎勵配偶」等；屬消極壓抑之處理方式的有「避免衝突的情境或忍耐」、「尋求其他滿足需求的管道，將注意力轉移」、「冷戰」、「故意忽略配偶」。消極的策略僅是將問題暫時隱藏起來，若沒有再針對問題處理，則婚姻問題仍舊存在。但也有受訪者認為以此方式面對婚姻衝突並無負面影響，可能是其所面對的問題較輕微，故將小事化無，反而增加夫妻關係正向的部分。

李良哲(1996, 1997)在其婚姻衝突因應行為的研究中,翻譯 Browman (1990)

的婚姻因應量表，加入社會支持的題項，形成六種衝突因應方式，包括：爭執（conflict）、自我責難（introspective self-blame）、正向解決（positive approach）、自我興趣（self-interest）、逃避（avoidance）、尋求社會支持。他以大台北地區 301 位已婚者為對象，檢驗其婚姻衝突因應行為，並試圖驗證婚姻衝突因應行為之歷程模式。研究結果顯示，擁有正向人格特質（高自我尊嚴、精熟性(內控)、樂觀)或高婚姻滿意程度者，較可能會使用積極的因應行為，例如正向解決、尋求社會支持，較不會採用消極的因應行為，如：爭執、自我責難、自我興趣與逃避；擁有負向人格特質（低自我尊嚴、缺乏精熟性(外控)、悲觀)或低婚姻滿意程度者，較會採取消極的因應行為，而非積極的因應行為。而那些對婚姻衝突情境評估較正向或知覺社會支持程度高者，也有較正向的人格特質與較高的婚姻滿意程度。林亞寧（2002）採用林良哲所增修的婚姻因應量表，以結婚兩年內未生育子女之新婚夫妻 83 對為對象，發現他們最常採用的衝突因應策略，頻率由高至低排列，依序為正向回應、自我興趣、自我責備、尋求社會支持、逃避以及爭執策略。

劉惠琴（1999b）則從辯證的歷程觀點來研究夫妻衝突，深度訪談 23 位妻子與 17 位丈夫，因其發現妻子往往是改變過程的引發者，故主要以受訪妻子的訪談資料整理出不同的衝突／影響歷程。她指出三種面對問題的方式，即「直接面對問題」、「間接面對問題」、「從問題中抽出」，另外再加上雙方關係是對立或依附為變項，總共區分出六種不同的衝突影響歷程內涵（見表 2-4-1）：1. 「衝突／辯證」歷程：直接面對問題，並面對及改變處境所帶來的矛盾，其影響目標在求外在處境改變；2. 「和諧／辯證」歷程：間接、迂迴面對問題，逐漸地改變處境的矛盾，其影響目標在求和諧與內在轉化；3. 「超越／辯證」歷程：抽離出問題，而且直接面對處境的矛盾，影響目標在求自主（內在自由）；4. 「衝突／依附」歷程：直接對抗，但未能覺察自我及其處境間的矛盾，影響目標在求發洩；5. 「和諧／依附」歷程：表面維持和諧，但未能看到其處境的矛盾，影響目標在求表面和諧；6. 「超越／依附」歷程：抽離問題或尋求儀式的寄託，但未能看到自我與其處境間的矛盾，影響目標在求不苦。

表 2-4-1 多元的衝突／影響歷程

面對問題的方式	衝突	和諧	超越
覺察程度	(直接面對問題)	(間接面對問題)	(從問題中抽出)
辯證 (有對立)	求外在處境改變	求和諧與內在轉化	求自主 (內在的自由)
依附 (無對立)	求發洩 (無處境的改變)	求表面和諧 (無內在轉化)	求「不苦」 (內在的依附)

資料來源：劉惠琴（1999b）。從辨證的歷程看夫妻衝突。本土心理學研究，11，153-202。頁 157。

此六種歷程各有其衝突觀（個體對衝突的一般性相信）、面對衝突的方式（個體面對衝突時的反應方式）、與影響方式（個體嘗試要影響對方的行為方式），詳

見表 2-4-2：

表 2-4-2 六種衝突／影響歷程之衝突觀、面對衝突的方式、影響方式

	衝突觀	面對衝突的方式	影響方式
「衝突／辯證」歷程	相信角色可以自己拿捏，角色內涵也可創造，可透過直接面對問題的方式去改變	無聲的抗拒、捨棄對傳統角色的依附、生氣情緒的表達、堅持、咬緊牙關地努力	攤牌、挑戰、帶領、運用外力
「和諧／辯證」歷程	家庭和諧是最終的目標，適度地調整自己	合理的藉口、節制的情緒反應、同理揣摩	溫和說服、陪伴帶領、運用內力(家族)
「超越／辯證」歷程	改變別人，不如改變自己	不強求、換個角度看、釋懷、放下	想開自渡、隨緣渡人
「衝突／依附」歷程	溝通是一種相互的發洩，且未能有效影響對方，只求情緒上的發洩	宣洩、冷戰、回罵	切斷對方的攻擊、出走、自傷或傷人
「和諧／依附」歷程	和諧就好，放掉立場，委屈求全，尋求表面的關係和諧	靠第三者傳話、配合、委屈的情緒反應、隔離、從旁打聽、援用信任規範、旁敲側擊	策略性討好、間接操縱、陽奉陰違、訴諸輿論
「超越／依附」歷程	事情自然就會沒事了	否認、舒解	祈求、善念與回報

劉氏（1999b）指出，「辯證」與「依附」的差別其實主要在於個體是否覺察到內在的矛盾，與自我對改變責任的承擔。只要能覺察內在矛盾與承擔自我改變責任的個體，無論是直接面對衝突、與他人及環境直接協商；或是對對方做觀點的取代，間接地尋求配合、互補之道；或是超越地想開、自渡而渡人等方式，都在尋求企圖轉化衝突的本質。相對的。若個體未能察覺其內在矛盾的本質，且未能承擔起改變其處境的責任時，無論是直接面對衝突、間接配合或抽離跳開等方式，只不過是達到發洩、順和與不苦的狀態而已，衝突的本質未能轉化。

換言之，華人面對衝突常持和諧化的價值觀點，若其採用的是「和諧／辯證」的衝突化解方式，一樣是在積極地面對衝突，轉化衝突的本質；但這樣的方式在西方強調「衝突／辯證」觀點下，容易被低估，也不易被瞭解，因而常以為東方人較傾向消極地掩飾與逃避衝突。劉氏（1999b）透過此研究嘗試釐清此觀點：不同文化觀點下所產生面對衝突的方式，都可能由於某些中介條件的配合與否，對衝突化解產生積極面或消極面的影響，並非強調和諧就無法面對及轉化衝突，也並非公開呈現衝突就會有破壞性的後果。

劉惠琴（2003）進一步編訂夫妻衝突態度量表、衝突因應量表及回饋歷程量表，經因素分析後，得到五種面對衝突的態度類型，包括依附觀、改變觀、自在觀、和諧觀及宣洩觀；五種衝突因應方式，包括面質挑戰、配合調整、順從隔離、宣洩指責、僵持己見；回饋歷程則分為「調節歷程」與「辯證歷程」，前者指發

揮穩定關係的調適功能，後者指發揮創造關係的調適功能。研究結果發現，衝突態度與回饋歷程顯著影響婚姻品質，衝突因應方式的影響則相對較小。而改變觀、和諧觀、自在觀、與調節歷程均能共同顯著預測積極的因應方式；宣洩觀、依附觀則共同顯著預測了消極的因應方式；辯證歷程亦顯著負向地預測了消極的因應方式。最後，調節歷程與辯證歷程皆在夫妻衝突轉化上發揮了不同的積極功能，前者有助於良性衝突轉化歷程，後者則有助於避免陷入惡性衝突歷程。

黃宗堅、周玉慧、張思嘉（2000；引自黃宗堅、葉光輝、謝雨生，2004）以質性研究的深度訪談，歸納出夫妻互動常用的衝突因應策略，包括「因應協調」、「爭而不和」、「忍讓逃避」、「尋求奧援」等四種途徑。黃宗堅等人（2004）另以台北縣市 362 對夫妻為對象，探討夫妻相對權力、夫妻情感關係對衝突因應策略使用的關係，研究結果發現，夫妻情感對衝突因應的解釋力顯著大於夫妻相對權力的影響；夫妻相對權力關係對四種衝突因應策略的解釋反而並不明顯。

周玉慧（2009）在探討夫妻間衝突因應策略類型及影響的研究中，以大台北地區 525 對夫妻為對象，檢驗衝突因應策略、夫妻互動及婚姻品質間的關係。在「衝突因應策略」此變項上，周氏以含括理性溝通、隱瞞冷戰、忍耐避讓、嘮叨爭吵、傷己傷物、親友協調以及委婉懷柔七向度的自編量表為測量工具；研究結果顯示，夫妻運用的衝突因應策略可分為以下四種：1.少用策略型：在面對婚姻中意見不合需要協調時，不論何種因應策略幾乎都很少使用，此類型所占比例最低；2.冷戰熱吵型：夫妻均常用隱瞞冷戰、忍耐避讓、嘮叨爭吵等因應策略，近一成夫妻屬此類；3.相敬如賓型：夫妻都常使用理性溝通與委婉懷柔等因應策略，妻子也常使用忍耐避讓之因應策略，此類型夫妻最多，占四成多；4.多元應對型：除了傷己傷物、親友協調之外，所有因應策略均常使用。

周氏（2009）之研究結果亦顯示，婚姻品質會因夫妻衝突因應策略類型而有所不同，「相敬如賓型」夫妻的互動與婚姻品質均較佳，「多元應對型」夫妻則次之，「冷戰熱吵型」夫妻則相對較差，至於「少用策略型」夫妻的互動狀態良好，但婚姻品質則出現矛盾現象，因其衝突事件較少，配偶也相當願意提供支持，因此他們不必特別使用因應策略，但也可能意味婚姻生活的平淡，使得這類型的夫或妻一方面對婚姻生活評價良好，一方面卻也產生寂寞、無聊的感受。

除了以衝突因應為主軸的研究外，利翠珊（1995）著眼在夫妻面對困難時的適應策略，歸納出經常被採行的五種策略或夫妻相處遵循法則，包括「忍耐克己」、「大事化小」、「迂迴繞道」、「直言不諱」、「公平互換」。前三項主要承襲華人樂天知命的態度，互動的方式是內隱而重形式的，偏向藉由自己的修養化解婚姻中的爭端，常見的行為表現為沉默、流淚、道歉、暗示等；後兩項則隱含有西方文化色彩，對雙方差異有較多實質且公開的處理，也會表現出外顯的行為，例如說明、爭吵、理性、輪流等。

張思嘉（2001）同樣以適應策略的角度，指出夫妻婚姻適應的可能途徑有三：

協調溝通、爭吵冷戰與順應配合。她從「積極－消極」與「個人內－個人外」兩向度做區分，指出夫妻在面對適應問題時可能採用的四種適應策略類型：「個人內積極」的策略包括讓步、改變自己的行為、改變自己的想法；「個人外積極」的策略包括尋求專業資訊、理性溝通、尋求第三者支持、安撫（身體接觸）；「個人內消極」的策略包括忍耐、逃避、壓抑、自責；「個人外消極」的策略包括嘮叨、抱怨、肢體暴力。

張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）進一步以上述四類型策略，編製婚姻適應策略量表，檢視夫妻在使用適應策略上的差異。研究結果顯示，丈夫比妻子更會使用「個人內積極」及「個人內消極」的方式，而妻子則比丈夫更常使用「個人外消極」的方式來處理新婚期間的適應問題。積極的適應策略與較高的婚姻品質有關；但該研究中在適應上有困難的丈夫與妻子卻傾向採取消極的策略來因應新婚期間的適應問題，因此也導致較低的婚姻品質。

此外，利翠珊、蕭英玲（2008）深究華人面對婚姻衝突時的「忍讓」策略，以台北縣市 352 對夫妻為對象，檢視婚姻中衝突與忍讓行為之來源及對婚姻品質的影響。研究結果顯示，婚姻中的忍讓信念及夫妻情感均對忍讓行為有正向且直接的影響，夫妻情感對忍讓行為及婚姻品質有正向且直接的影響，且忍讓行為對外顯衝突有負向而直接的影響。此研究說明了在婚姻中採用忍的策略，並非是全然的消極與負面，而有其正向的意涵。透過降低與配偶的直接衝突，忍的行為或許散發出某種正向訊息，告訴伴侶自己願意克服心理的衝動，或是有足夠的接納包容與壓抑自律，可以做一些退讓，因而得以避免關係陷入惡性循環。此研究亦進一步發現，夫妻間的情感可能會透過增加忍讓行為、降低直接衝突行為的路徑，而對婚姻品質的提升有所助益。可與利氏及蕭氏研究相呼應的為李良哲（1999）對維繫婚姻關係重要因素的探討，該研究指出，「體諒」與「容忍」是不同成人期階段（年輕成年期、中年期、老年期）的受訪者共同認為維繫婚姻關係最重要的因素。

在國外研究方面，Raush、Barry、Hertel、與 Swain（1974）以 48 對白人夫妻為對象，對其衝突歷程進行分析，發現有些夫妻會不斷升高衝突，有些夫妻則會避開衝突的上升，嘗試保持和諧。Raush 等人由此歸納出三種夫妻面對衝突的狀態，一為失調（discordant）狀態，意指衝突因累積的情緒而不斷升高；二為衝突逃避（avoident）狀態，指夫妻彼此間皆避免去挑戰對方，少對問題有所互動，而有較多的否認、外在歸因等行為；其三為衝突積極轉化（constructive）的狀態，意指夫妻間面對衝突時，呈現出大量的敏感度與同理心。Raush 等人亦將夫妻在衝突互動中的反應分為三大類：1. 認知性的反應（cognitive responses）：包含公開討論、尋求事實資訊、同意或否定對方陳述、給予認知性理由、探循可能的結果、發展行動方案等。2. 聯繫性的反應（affiliative responses）：包括調解式的反應、解決式的反應、訴求式的反應三類，調解式反應如改變話題、轉移對方注意力、以幽默化解、接納對方的表達與情緒等；解決式反應如接受責備與責

任、避免被責備與逃避責任、企圖和解、提供幫助與再保證、尋求再保證等；訴求式反應則如提出達成目標的其他方法、訴求公平、訴求對方動機、訴求對方的愛等。3.壓制性的反應 (coercive responses)：包含拒絕式的反應、壓制式的反應與人身攻擊等。Brown 與 Amatea (2000) 進一步指出，婚姻關係不滿意的夫妻比關係滿意的夫妻使用較多的壓制性反應；關係滿意的夫妻則比關係不滿意的夫妻使用較多的聯繫性與認知性反應來解決衝突。

Peterson (1983; Brown & Amatea, 2000) 提出五種衝突結束類型來說明夫妻如何結束他們之間的衝突，此亦可視為是五種夫妻關係衝突的協調方式或策略，包括：1.分開 (separation)：指一方從關係中退縮，或兩方沒有立即去解決問題；2.主導 (domination)：一方採領導方式征服了另一方，另一方只好妥協讓步；3.妥協 (compromise)：雙方都降低自己的渴望與期待，直到找出兩人皆可接受的選項，但此選項有可能無法另任何一方感到滿意；4.整合協議 (integrative agreement)：雙方找到一個能夠代表彼此目標與渴望之重要要素的解決方法；5.架構的改善 (structural improvement)：雙方以某種方式去架構他們的關係，而帶來一些深刻的改變。上述五種方法中，前兩種為較消極的處理方式，後三種為較積極的處理方式，其中整合協議的達成需雙方投注較多的時間，探索彼此的目標與眾多選擇的代價，並考慮創造新的選擇方式，來連結彼此相異的目標；而架構的改善可能透過發掘出彼此身上更多的特質，使雙方更認識彼此，並對處理議題更有能力與信心。

Kurdek(1994;引自 Kurdek, 1995)編製衝突解決風格量表(Conflict Resolution Style Inventory, CRSI)，當中包含了四種伴侶衝突解決風格，分別為 1.正向的問題解決 (positive problem solving)，例如妥協與協商；2.衝突交戰 (conflict engagement)，例如人身攻擊與失控；3.退縮 (withdrawal)，如拒絕討論、把對方岔開；4.順從 (compliance)，如投降、不為自己辯護。Kurdek 以此量表對 155 對伴侶施測，檢驗其衝突解決風格 (衝突交戰、退縮、順從三類型) 與婚姻滿意度的關係，研究結果顯示，丈夫較妻子更容易受到對方之衝突解決風格影響其婚姻滿意度；且妻採衝突交戰而夫採退縮的互動方式與低婚姻滿意度有關。

Cohan 和 Bradbury (1997) 探討新婚夫妻衝突因應，依據衝突處理方式及情緒表達方式將衝突因應分為三種：1.積極策略：以中立的態度描述問題，表露出誠懇態度及表達瞭解；2.消極策略：以怪罪對方、敵視問題與表現拒絕的態度面對衝突；3.轉移策略：否認衝突議題存在、轉移話題或以開玩笑的方式取代衝突。

Buunk、Schaap 及 Prevoo (2001) 提出親密關係中的五種典型衝突解決模式，包括：1.攻擊—逼迫 (aggression-pushing)：極端地肯定獨斷，但忽視關係的利益；2.逃避 (avoidance)：身體或情緒上從衝突情境中退出，忽略自己與關係的利益；3.安撫 (soothing)：試圖防止公開的衝突，優先考慮合作以保護個人利益；4.妥協 (compromise)：雙方皆讓步，試圖找出一個公平的衝突解決方式；5.問題解

決 (problem-solving)：透過公開、直接討論彼此的感覺、探究衝突的原因、尋找雙方滿意的解決方法而兼顧自我堅持與雙方合作。他們以此測量荷蘭大學生在親密關係中的衝突處理，發現男性會試圖避免情緒性的討論並傾向安撫彼此的差異；且男性多認為自己有較多意願與伴侶妥協，而女性則認為自己比伴侶表達更多負面情感，且試圖透過交換彼此的感覺來解決問題。

綜合上述文獻，可以發現在國內研究中，夫妻在婚姻衝突的因應上，仍保留許多富含華人文化特徵的因應策略，包括劉惠琴（1999b）之求和諧與超越；黃宗堅等人（2004）之爭而不和與忍讓逃避；周玉慧（2009）之忍耐避讓與委婉懷柔；利翠珊（1995）之忍耐克己、大事化小與迂迴繞道；利翠珊與蕭英玲（2008）的忍讓策略等，此為與國外文獻相當不同之處，顯示出當代華人夫妻在面對婚姻衝突時，除了擁有積極協商、自我表達、直接面對等傾向於現代個人主義文化的策略，仍保存了傳統華人文化中對維繫和諧、忍耐自律等價值觀的看重。

利氏與蕭氏指出，對國內夫妻而言，傳統重視和諧的觀念使得夫妻傾向以迂迴而非外顯衝突的方式來面對婚姻的困境；而國內諸多對「忍」的研究（李敏龍、楊國樞，2005；利翠珊，2006；黃曬莉；2002，2006）亦已深入其內在意涵，將之細分為多種不同類別，使得「忍」中所包含道德、宗教、情感、或謀略上之正向意涵開始被珍視，這說明了西方概念中的逃避、壓抑，並無法完全涵蓋富含華人文化特徵的忍讓或其他追求和諧的內隱策略。就如同劉氏（1999b）所呼籲，不同文化觀點下之面對衝突的方式，都因其不同的內在歷程而象徵著積極或消極、正向或負向的意涵，是無法就單一概念一概而論的。選擇使用內隱策略的華人夫妻，可能與重視正面協商的人抱以同樣積極正向的心態，只因著重的價值觀不同，故在婚姻的維繫上以不同的方式努力著。

參、夫妻衝突協調歷程的互動特性

由前面夫妻在婚姻衝突中因應策略的探討，可發現個人的因應策略會透過互動的歷程影響關係品質與關係滿意度，對此互動歷程及其特性，亦有諸多學者提出其發現。

利翠珊（1995）指出，婚姻關係是一個長期互動的過程，個人能否從婚姻中獲得喜悅與滿足，另一半的配合十分重要，而個人又往往會根據配偶的反應對自己的行為做修正，逐漸形成較穩固的互動模式。她從研究資料中發現，夫妻互動的方式具有一種循環與升高的本質，雙方在你來我往的相互影響中，逐步建構出婚姻中的溝通規則。在一般情況下，這些溝通規則會不斷重複，對夫妻原有的情感或衝突都有累加的作用，逐漸形成一種良性或惡性的穩定循環模式（例如：你對他好，他就對你更好，或反之）。這樣的循環變化幾乎發生在每一對夫妻身上，

但對身在其中的人常常是不自覺的。而一旦夫妻中有一方開始自覺而改變，也會使原有的夫妻互動模式產生變化。利氏的研究還進一步指出，若夫妻在婚後就立即與對方家族有頻繁的互動關係時（通常為同住），夫妻互動過程中循環升高的歷程會更顯複雜。此再次說明了原生家庭因素對婚姻關係的影響力。

張思嘉（2001）之研究亦有類似的發現，她指出在婚姻關係的長期互動中，個人往往會根據配偶的反應，調整自己的認知、情緒或行為。夫妻當中任何一方採用的適應策略與方式可能會引起另一方的回應，而這樣的回應又會導致原來這一方的反應，因而形成一種固定且循環的歷程，並使夫妻對適應的結果產生不同的認知與情緒。

黃宗堅、葉光輝、謝雨生（2004）的研究則指出，從雙向互動觀點來看，「以其人之道還治其人之身」的相對性運作法則，顯現於台灣的夫妻互動之間；亦即當夫妻一方使用某種衝突因應策略時，也會激起對方採用相同的衝突因應方式來應對。此發現類似於 Ridley, Wilhelm, & Surra（2001）所提出之伴侶間的相互回報性影響（reciprocal influence），例如一方的參與型反應（engaging response）將會引發出另一方的參與型反應，而伴侶一方的疏遠型反應（distance response）也會引發另一方的疏遠型反應。但 Ridley 等人也提出另一種互補型反應（complementary responses）的相互影響方式，例如當一方嘗試想從衝突中退縮，另一方則會繼續投入在衝突的討論中；或是一方有負向情緒的表達或引發，另一方則會扮演撫慰性的角色，以減緩關係的疏遠。

此外，尚有學者運用回饋歷程的概念來說明夫妻間的循環互動。劉惠琴（2003）之研究顯示，在本土夫妻的衝突轉化歷程中有兩個不可或缺的內隱回饋歷程，即辯證歷程與調節歷程，前者指的是個體對婚姻體制與自我責任之間的矛盾覺察歷程，可以發揮穩定關係的調適功能；後者則指的是個體有意抑制其回應對方負面行為之傾向，同時並回以正面之行為反應的回饋歷程，可以發揮創造關係的調適功能。這兩種回饋歷程均對於積極的衝突因應方式發揮正面的轉化作用。劉氏（1999b）亦指出，隨著時間與經驗的累積，夫妻間亦在學習調整他們的互動型態，以達到最大的建設性改變。

徐玉青與卓紋君（2003）針對訂婚情侶衝突因應歷程所做的研究同樣指出，當把時間序列的因素列入考慮後，會看到原來的衝突因應方式經過一段時間之後，情侶會對衝突有所思考，這些思考將促使他們對自己處理衝突的方式或與伴侶日常生活的相處上有所調整，然而這些調整會隨著伴侶的反應或下一次的衝突經驗提供調整者做為回饋，這些回饋將使其再進入下一次的調適行為。

綜合上述文獻，夫妻在婚姻關係中，夫妻二人為不斷相互影響的兩個個體，他們之間的互動可能是相互回報，也可能是彼此互補；而這樣的互動模式會在長

期相處中形成逐漸穩固的正向或負向循環，且在情感或衝突的層面逐漸累加與升高。而此趨於穩定的循環歷程亦可能透過夫妻其中一方或雙方的覺察、思考、調整，或是外在因素的介入與協助，帶動關係的改變，並逐步形成一個新的互動循環，達到一正向且有建設性的轉化與改變。

第五節 婚姻／伴侶諮商中對夫妻／伴侶衝突的介入處理及關係

改變要件

本節首先介紹婚姻／伴侶諮商中，適用於處理夫妻／伴侶衝突的諮商理念架構與介入策略；繼而再探討婚姻／伴侶諮商中所提供的關係衝突改變要件。茲分述如下：

一、婚姻／伴侶諮商中對夫妻／伴侶衝突的介入處理

(一) 陳秉華之「情感關係協調模式」諮商理念與架構

在本章第一節的自我與人我關係探討中，已介紹過陳秉華（2001）從台灣社會變遷的觀點所提出之人我關係中的自我協調概念；Chen（2005）以此概念為基礎，進一步提出了「人我關係協調」的諮商理念與架構（a counseling model of self-relation coordination），其諮商中的重要目標即在於協助經驗到人際衝突與困擾的案主，能透過自我與人我關係的協調，兼顧個人自我需求與關係和諧，重新恢復心理社會平衡。要達到這樣的目標，諮商者需要協助案主進行四個主要任務（陳秉華、李素芬、林美珣，2008；Chen, 2005, in press）：

1. 增加自我覺察與自我瞭解：自我協調的主要任務，在於協助案主對其個人自我與關係自我之需求和目標獲得清楚的瞭解，發展出清晰的個人自我與關係自我，使其能夠處理因這兩個自我所產生的任何衝突，透過重新定義與協調自我的這兩個部分，以重獲內在自我的平衡。
2. 發展人我協調的能力：在當今仍相當重視依循角色義務行合宜行為，以維持社會和諧的台灣社會，個體在瞭解與追求個人目標同時，還必須對自我在關係中的角色任務及他人期待有所瞭解，為他人設想，關注並照顧他人期待與利益，如此，雙方都能從關係中獲得滿足，而人際和諧才得以維繫。
3. 運用多元的衝突解決策略：衝突解決的方式包含了傳統華人文化中的寬容、順從、壓抑忍耐、陽奉陰違等，也包含了西方文化中的維護個人需求、協商、妥協、合作等。在當今仍強調和諧的台灣社會，個體在人際衝突中除了維護個人需求外，還需要以平等的角度也承認對方有其個人需求、對對方表達善意與關心、承擔個人責任、並接受無法滿足的需求與目標。運用這樣的方式，個體能更同時兼顧個人的目標與維持人我關係的和諧。
4. 處理未滿足的個人需求與悲苦情緒：以儒家所強調之自我修養、道德修練，或在人際情境中抑制個人需要的表達、控制負面情緒，或以「知天命」的態度接受挫折與無法改變的情境等，皆為華人常用之重要方法。

陳氏進一步針對現代華人兩性伴侶關係的問題，考量到傳統儒家文化與西方個人主義、兩性平權文化交會產生的衝擊等背景因素，再將其「人我關係協調」的諮商理念架構運用於處理兩性伴侶的情感關係衝突，稱為「情感關係協調模式」的諮商理念與架構（Chen, 2004；引自林美珣，2007）。陳氏認為，將「人我關係協調」的理念應用在處理有衝突的伴侶關係中是適切的，當伴侶之間因個人需要或期待不能滿足而出現關係衝突，但又希望關係能夠維繫，雙方都會經驗到個體內在的衝突，也會各自開始展開協調的行動，朝向兼顧個人需要與關係維繫的方向進行（陳秉華等，2008；陳秉華、林美珣、李素芬，2009）。

此諮商模式協助案主在諮商歷程中透過以下四個任務達到自我的協調與情感關係的協調，包括：第一，協助案主增加對自我之覺察與瞭解；第二，協助案主增加對伴侶的瞭解，並瞭解彼此如何在關係中相互影響；第三，協助案主與伴侶增加對彼此的情感性行為反應，以提升伴侶間的親密情感；第四，在衝突協調的過程中表達溝通、面對衝突議題達成共識（陳秉華等，2009）。

陳秉華等（2008）的實徵研究支持，在處理伴侶衝突關係的諮商中，案主會出現對衝突關係的自我協調歷程，此協調歷程的特徵為：案主會重視個人自我需要，重視伴侶與關係的需要，並會出現情感性的關係自我，以及有較高的個人自我覺察與自我溝通、表達，呈現出個人自我與關係自我兼具的自我狀態。當出現這樣新的自我狀態時，會有助於案主與伴侶的互動及關係，並會使個人對自我以及對伴侶關係較為滿意。

以下，將更詳細介紹此「情感關係協調」諮商模式架構之建構、目標、重要任務、諮商關係、與進展程序（Chen, 2004；引自林美珣，2007）：

1. 模式介紹

此模式的建構適用在以個別諮商為主，而以伴侶或婚姻諮商為輔的狀況下，因此伴侶或婚姻關係中有困擾的一方前來求助即可進行諮商，如果伴侶可以一起參與，則搭配為輔助性的伴侶／婚姻諮商，這樣混合諮商的運用也是近年來婚姻與家族諮商的新發展趨勢。在諮商的實務經驗裡，目前前來接受諮商者仍以個別諮商為最多，而個別諮商中又以女性案主為多，女性案主的困擾多圍繞在婚姻與情感關係，但是伴侶或先生會一起前來諮商的比率很低，所以陳氏在發展此諮商模式時，使之適用在個別諮商的情境是優先的考量。

此諮商模式為短期的諮商，設定在十次完成，分為三個進展的階段，開始階段設定為三次或四次，與案主單獨會談，進行瞭解與評估，並且進行案主個人的自我覺察與關係的自我分化之工作任務；第二個階段設定為四次，可以是案主繼續單獨會談，或是邀請願意一起諮商的伴侶共同進行會談，諮商的任務為互動模式的辨認、互動中情感與需要的表達與滿足、發展衝突處理與合作問題解決的方法；第三個階段是最後的階段，預計進行二到三次，鞏固案主與伴侶新的互動模

式、鞏固案主與伴侶的情感關係、以及鞏固案主自我的新成長。

若欲在十次完成諮商的目標與任務，陳氏認為案主的條件設定需包括：個人沒有較嚴重的身心疾病、目前伴侶／婚姻關係沒有暴力或是傷害事件、沒有個人或婚姻危機等；亦即此諮商模式對上述條件下的案主而言最為適用，能在預定之階段與次數內達成諮商目標。

2. 諮商目標

「情感關係協調」模式的最終目標，是協助案主在面對伴侶／婚姻關係時，能夠發展出同時兼顧個人，又能夠維繫與發展伴侶／婚姻關係的目標。這對於同時承受了傳統儒家文化與西方個人主義文化的現代華人社會，是一個合適的諮商目標。在此目標之下，又可分為三個次目標：

(1) 發展獨立我

此諮商目標的建構，是建立在那些受到儒家文化集體主義影響，且以社會我、關係我的發展為重的案主，他們較缺少個人我、獨立我的發展與培養。生活在現代華人社會的個體，個人獨立我與社會關係我在心理的發展與成熟上都同等重要。

(2) 發展伴侶／婚姻關係中的親密連結

此諮商目標的建構，是為了協助在受到儒家文化父子軸、男性中心、兩性關係以角色義務的分工為重，而較少重視伴侶／婚姻關係中兩性關係對等的案主，協助兩性雙方的情感、心理、社會需要，都可在關係中被同等重視與滿足，以達到伴侶／婚姻關係中的情感親密與連結。現代華人伴侶／婚姻關係的親密與連結，除了涉及雙方的對等關係，也涉及了面對衝突、負面的情感表達、呈現與表達真實自我等課題。

(3) 發展出在關係中能夠彼此相互調適與適應的互動行為模式

此諮商目標的建構，是因為在受傳統儒家文化影響的華人社會，兩性於婚姻家庭中的關係與互動，是以角色義務的分工為主，兩性性別角色行為為固定。但是面對現代的華人社會，兩性在婚姻與家庭，以及在處理來自家庭、社會的多重角色責任與個人的需要時，需要更多彼此分享決定的權利，透過互相協調與商議，發展出能夠彼此接受與適應之新的互動方式。

3. 達成諮商目標的重要任務

陳氏針對不同的諮商次目標，發展出其所需要達到的諮商任務，包括：

(1) 發展獨立我－自我覺察與關係分化

為達成案主獨立自我的發展與成長，需要協助案主從過去與重要他人或家人

的緊密關係中，進行自我分離與獨立的工作，並在家庭社會的角色義務與個人發展中找到平衡點，使案主走過與家庭的情緒分離與再聯繫的再決定過程。此任務包括了自我的覺察與關係中的自我分化：

- A. 自我覺察：包含了協助案主覺察自己在面對衝突關係中的因應方式、情緒感受、重要的認知信念、未滿足的期待、需要與渴望。
- B. 關係中的自我分化：包含了協助案主繪製出家庭圖（genogram），並瞭解從原生家庭經驗中如何學到情緒或行為反應的方式、如何學到重要的信念或期待，以及理解過去經驗與未滿足的需要對自我的影響，並如何影響自己在關係中的衝突因應與互動行為。

(2) 發展伴侶／婚姻關係中的連結與親密

探討與瞭解伴侶／婚姻關係的衝突議題，協助案主與伴侶辨識在關係衝突中的互動循環模式，與各自未表達的情緒感受、未滿足的需要與渴望，並協助案主與伴侶做出即時的情感性回應與照顧，增強關係的親密與連結，同時持續增加對於彼此的理解，包括擴大或修正對伴侶的觀點、瞭解伴侶的情緒與未滿足需要，協助鞏固雙方對於關係的肯定與彼此正向情感的珍惜。

(3) 發展關係中彼此相互調適與適應的互動行為模式

注意伴侶在互動關係的正向意圖與訊息，並能夠表達支持與肯定，學習發展出監控升高與降低衝突之互動線索的能力，並能夠採取衝突化解技巧，發展出合作互動的問題解決方式。

4. 諮商的關係

「情感關係協調」的諮商模式中，諮商師與案主建立的諮商關係是平等的，諮商師維持對案主持續的關懷、傾聽、安全、與真誠開放的態度，對於案主的問題能夠主動而聚焦地探究與引導、與案主共同合作達成諮商目標。

5. 諮商的進展與程序

階段一之一：瞭解與評估

- (1) 瞭解與評估案主的關係困擾、伴隨的情緒反應與行為問題。
- (2) 瞭解與評估互動循環模式。
- (3) 瞭解與評估案主的因應行為，例如攻擊、順從、被動攻擊、逃離等。
- (4) 蒐集案主的家庭圖、原生家庭相關資料，瞭解與評估家庭系統對案主的影響。

階段一之二：自我覺察與關係之自我分化的工作階段

- (1) 協助案主瞭解對自我的模糊，或是衝突的感受與自我態度。
- (2) 協助案主理解與原生家庭間的心理與情感衝突與情感過度涉入，並做出適度分離。
- (3) 協助案主理解在伴侶／婚姻關係與互動中，自己如何複製來自原生家庭中的情緒衝突與行為反應模式。

階段二：關係中親密與連結的維繫

- (1) 對於關係維繫責任與承諾。
- (2) 協助案主與伴侶透過實際互動，學習傾聽對方、表達意見與想法、互動中情緒與需要的覺察與表達、衝突的面對與處理、合作解決問題的練習。
- (3) 表達對彼此與對情感關係的肯定及欣賞珍惜。
- (4) 持續發展與鞏固新的關係協調互動模式。

階段三：個人成長與關係發展的鞏固

- (1) 有關個人新的成長與發展的穩定、鞏固。
- (2) 有關關係的親密與連結、新的協調互動模式行為的發展與鞏固。

「情感關係協調」的諮商模式架構，有個人在情感關係衝突中會想要兼顧自我與他人的預設立場，而諮商則是協助案主朝向達到這樣的兼顧目標。然而，陳秉華等（2009）的研究結果亦發現，當案主發現與伴侶經過嘗試與努力還是很難達到兼顧時，就有可能放棄兼顧，而做出新的選擇與決定。諮商者能夠隨著案主，對諮商的目標保持開放的態度，協助案主對自己的需要與目標有新的覺察與瞭解，對自我與關係做出新的決定，使案主的衝突感減少，達到新的自我或關係的平衡，是諮商者重要的指導原則。

(二) 其他適用於婚姻／伴侶諮商之衝突處理的介入策略

除了陳秉華（Chen, 2004；引自林美珣，2007）針對當代華人社會中的兩性伴侶所提出的「情感關係協調模式」，完整地包含了諮商歷程從開始到結束的目標、任務、與實行步驟外，亦有學者提出一些在伴侶諮商中，適合用來處理伴侶衝突議題的臨床介入策略（Young & Long, 1998），包括了：

1. 再架構與架構（reframing and frame）

一種用來將事件之負向意義轉為正向意義的技術。藉由換一個新的參照架

構，也同時換了事件原被賦予的意義與價值評斷。諮商師可藉由觀察伴侶的語言、世界觀、和問題解決方法，而回饋給他們另一種不同的行為模式、正向積極的參照架構或脈絡，使得他們能用不同的角度來看待原來的衝突。當伴侶使用不同的角度時，可能看到新的問題解決的可能性，並開始對事件有了不同的想法與感覺。

2. 運用隱喻 (using metaphors)

一種藉由講述某事物來象徵另一件事物的技術。在使用此技術於伴侶之衝突解決時，諮商師運用的隱喻要與伴侶之問題情境有相通的一致性在，且在此隱喻的脈絡中含有問題解決的方法。Friedman (1990；引自 Young & Long, 1998) 指出，隱喻或寓言故事的使用，能讓讀者或聽者暫時與自己的真實生活處境產生一段距離，藉由此距離，他們能對於有相似困境或弱點的人提供新的觀點。

3. 訂契約 (contracting)

關係契約能協助伴侶透過一種清楚明確、理性的方式進行衝突議題的協商，契約的訂定是以公平協議及交換理論為基礎的，當一方欲獲取其想要的，就必須同樣關心對方所想要的，願為對方的需要做出自我的調適。

4. 角色轉換 (role reversals)

角色轉換的運用能協助伴侶從對方的觀點和視野看到對方眼中的真實為何。當雙方都能易地而處，就會更容易在關係中練習自我控制，並以更客觀的態度來看待原來的衝突情境。此技術能讓雙方從衝突情境中的對錯爭論抽離出來。

除上述皆為婚姻諮商師在諮商情境中可使用的介入策略外，Young 與 Long (1998) 指出，處在衝突中的伴侶，目標即在達到雙方的交集或共識，通常，經驗到成功做出共同決定以解決衝突困境的伴侶，多半能夠聚焦在議題本身，而不帶著節外生枝的其他爭執議題或情緒，例如過去未解決的問題、憤怒、或受當下情境干擾。且所決定的問題解決方法需要讓雙方都感覺公平，能夠顧及到雙方在議題中所重視的部分。「我訊息」的使用、充裕不被打斷的表達時間、及接受此結果可能是一個顧及雙方觀點的調和結果，都是過程中重要的元素。因此 Young 與 Long 提出了幾個有助於伴侶在面對衝突，尋求問題解決時具體可採用的方式，包括了：

1. 衝突訓練 (conflict training)：有效的衝突訓練包含了學習由強調個人觀點轉移到著重二人關係的觀點、學習伴侶溝通技巧、問題解決模式、採問題焦點的討論原則等。
2. 問題解決模式 (problem-solving model)：成功的問題解決奠基在伴侶能分享彼此對問題的觀點，並共擔問題解決的責任。以下步驟可能為關係議題的解決帶來正向的結果：

- (1) 對「何為問題」做出清楚地共同界定（對何為問題有共識）；
- (2) 腦力激盪所有可能的解決方法、將所有的方法濃縮成三個（一人選一個，另一個為雙方共同同意）；
- (3) 排出可能性的先後順序、先選擇其一，對此解決方法有詳細充分的討論，包括每個人在此結果中的責任皆須清楚的陳述，而不能只是猜測或假想；
- (4) 實際執行；
- (5) 效果評估。若無法解決衝突情境，再嘗試下一種方法。

此方法讓雙方都能在一个沒有責備的歷程中參與問題解決的步驟，方法沒有好壞或聰明愚蠢，只有有效或無效。

3. 公平爭論（fair fight）：建立問題解決過程中的公平機制，其目的在保障雙方於互動中的安全，讓雙方持續感覺被看重、有價值，彼此關係也能自由的成長發展。它包含了：感覺需要被表達出來、建立互動規則（例如不可責備和謾罵）、建立一個讓雙方可以僅專注在彼此身上環境條件（含時間與空間）、不草率急促地解決，必要的話可分成幾個小部分來處理等。

這些方法可透過婚姻（伴侶）諮商中的教育與練習，讓伴侶兩人在生活中即可運用。最後，Young 與 Long（1998）亦提醒了婚姻（伴侶）諮商師在處理伴侶衝突議題上應有的考量：

1. 運用互動的觀點看待並界定出造成關係壓力的原因。
2. 評估每位伴侶採用的衝突風格，並試圖設計出能中斷此模式的介入策略。
3. 評估關係中暴力發生的可能性，若正在發生則停止伴侶諮商。
4. 留意具破壞性的語言傷害，若適當亦可教育伴侶它何以帶來破壞性。
5. 評估每一個伴侶在關係中擁有之力量與掌控權的程度，並協助雙方往平等關係的方向改變，促進問題的解決。
6. 協助伴侶藉由學習更多有效的溝通技巧，減少使用對彼此的責備。
7. 瞭解關係衝突的階段性，並提供符合不同階段的介入策略。
8. 瞭解暴力的循環性，轉介施暴者至個別或團體諮商。
9. 提供受暴者的保護計畫，並為其安排個別或團體諮商。
10. 教育或協助伴侶學習公平爭論（fair fight）與問題解決技術（problem-solving skills）。

11. 留意任何關係契約的具體性、明確性。
12. 熟悉再架構、隱喻、角色轉換等諮商介入策略，以降低衝突並將之導向具建設性的方向。
13. 謹記衝突是必然的，且它創造了關係的改變。

綜合上述文獻資料，陳秉華 (Chen, 2004, 2005, in press) 之「人我關係協調」、「情感關係協調」諮商理念架構，為其累積多年諮商實務與研究經驗，考量當前華人社會傳統／現代雙文化並存之現象，為華人人我關係、情感關係所帶來之真實困境，所設計發展而出，從諮商目標、重要任務、實程序與步驟等，形成一完整的架構，可供當前華人諮商實務工作者做很好的參考；而西方學者所提出之用於處理夫妻衝突的介入策略，對處理當今華人夫妻之衝突議題亦具有相當的適用性。對目前傳統／現代雙文化特徵並存之華人社會，每個人心中幾乎都同時存有傳統與現代的心理特徵或價值信念，在諮商方法的選擇與使用上，實可同時參考華人與西方學者不同之見解，在深入瞭解夫妻之衝突困境後，彈性運用，提供最適切之協助。

二、諮商中的夫妻關係改變要件

梁淑娟 (2004) 在其婚姻諮商改變歷程研究中，探討造成案家夫妻個人與關係轉變的婚姻諮商改變因子，依據訪談資料分析結果顯示，案家夫妻本身所擁有的有利條件特質與諮商師展現的立場與態度之相互影響，加上諮商師所營造的安全會談環境與氣氛，在整個諮商過程中，似乎是促使案家夫、妻與諮商師足以進入心理層面的接觸與連結之有益於改變發生的重要基礎因子。其中，「案家夫妻的有利條件」包括夫妻能共同出席會談、信任諮商師、積極投入諮商會談；「諮商師展現的立場與態度」則包括公正不偏袒、展現對案家夫妻關係改善之信心。

除上述有助於改變的基礎條件因素外，諮商室中婚姻諮商師處遇介入所造成的改變力量更是重要的影響力。根據案家夫妻的觀點，有助益之諮商師的處遇焦點，主要包括聚焦於個人的改變、關係的改變、主訴問題的解決、以及性別的差異等四大範疇。其中，有關影響「個人改變」之因子所產生的正向效應主要在於自我理解之增進、個人力量的提升、共通性連結的自我解放、負向情緒的緩解、以及自殺行動的化解。有助於影響「夫妻關係改變」的因子所造成之效應則包含夫妻間相互理解之增進、婚姻關係中人際互動模式的覺察、破壞性人際互動回應模式的避免、夫妻間角色位置的覺察、直接溝通、關係改善之重要性的警覺、婚姻關係對孩子成長之影響的覺察、以及未來衝突的避免等。與「主訴問題解決」有關的介入因子帶來的效應則有主訴問題新觀點的擴展與問題的解決。最後是有

關聚焦「性別差異」的因子所造成的效應，諸如對性別差異的覺察，以及對另一性別的理解。此四大處遇介入之影響因子可直接並有效地帶動案家夫妻個人在認知、情感與行動上的改變，進而帶來個人與婚姻關係改變的可能性。

但要特別說明的，並非每項影響因子對案妻或案夫都具有同等意義與效應，雙方各自所強調之有效的影響因子不盡相同。其中，除了婚姻關係中人際互動模式的覺察與學習是雙方共同認為有助益的影響因子所帶來的效應之外，其他案夫認為有助益的影響因子所產生效應比較聚焦在問題的解決、關係改善之重要性的警覺，以及婚姻關係對孩子影響的覺察，而案妻則比較強調個人力量的提升、夫妻間相互理解的增進、自我瞭解的增進、以及對性別差異的覺察等。

陳秉華等（2008）之諮商中伴侶關係自我協調歷程的研究中，探討諮商中案主在伴侶關係中的自我協調及其變化歷程，研究結果指出，促成案主在伴侶諮商中出現自我協調的相關要件包括：有自我改變的意願、對自我與二人關係有新覺察、直接溝通表達、尊重對方、有滋養彼此關係的態度與行為、及持續有改變的行為。陳秉華等（2009）人我關係協調之伴侶諮商研究則發現，伴侶諮商中促進情感關係協調的要件為對自我與對伴侶的覺察瞭解及伴侶間的協調態度與行為，包括：有改變自己的意願與動機、清楚表達自己的需要、增進自我覺察以調整在關係中的反應、感受到對方的善意與接納、有信心處理關係的問題、有照顧對方需要的意願與行動、與對方共同建立新的溝通模式。

回顧國內文獻，對諮商中夫妻關係改變要件之相關研究仍屬少數，因而本研究亦欲探究，透過一考量華人文化所設計之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法的協助，夫妻在關係衝突協調的歷程中，促成關係中之內在自我協調與夫妻關係協調的相關因素，以及這些因素與諮商方法設計間的關聯性。「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，在設計上融入了陳秉華（Chen, 2005）「人我關係協調諮商模式」中的重要工作任務，與楊國樞（2004）「華人自我四元論」中四個自我的概念；研究者欲透過對此協調歷程之研究，深入瞭解此一諮商方法對華人夫妻衝突處理的影響歷程與具體協助，並進一步探究夫妻衝突議題及其協調中的文化影響；透過此研究之結果，為諮商實務工作者在伴侶與婚姻諮商工作中，提供發展與華人社會文化相合宜之諮商工作方式的參考，協助當前華人社會中有關係衝突之夫妻。

第三章 研究方法

本章的主要目的在說明本研究之研究方法與資料分析步驟，全章共分為八節：第一節為質性研究取向與方法；第二節為夫妻關係協調工作坊及「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法介紹；第三節為研究參與者；第四節為研究工具；第五節為研究程序；第六節為研究資料的整理與分析；第七節為研究結果的可信性檢定；第八節為研究倫理。

第一節 質性研究取向與方法

本研究之目的，在探討透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入下，華人夫妻之關係衝突協調經歷怎樣的諮商改變歷程，而當代的華人文化又在夫妻衝突與協調過程中，扮演怎樣的角色，發揮怎樣的影響力。在社會科學領域中，傳統的量化研究方法源自於強調直線因果的實證主義，然而婚姻關係的運作是循環而複雜的，夫妻間的互動是一種隨著時間發展不斷相互影響的動態歷程，當中的相關影響因素、影響過程、情境脈絡的掌握，及夫妻間互動型態的瞭解等都是重要的訊息，因此傳統量化研究的特性，對於獲得有關婚姻治療如何操作與改變的知識並不適用（洪雅琴，2006；梁淑娟，2004；Hazelrigg, Cooper, & Borduin, 1987）。為達到本研究之研究旨趣，研究者採用社會科學的另一個研究途徑—質性研究。

質性研究是一種從整體觀點對社會現象進行全方位圖像（holistic picture）建構和深度瞭解（depth of understanding）的過程，它重視個人的主觀經驗及個別經驗的特殊性，強調研究者必須試圖運用一種或多種的資料蒐集方法深入社會現象，融入所關注對象的經驗世界，體會其感受和知覺，從其立場與觀點詮釋這些經驗與現象的意義（潘淑滿，2003；簡春安、鄒平儀，1998）。質性研究典範強調社會脈絡、多元觀點、複雜性、個別差異、循環因果、與整體性，這些特性實則與婚姻家族治療之構念基礎相當貼近（Moon, Dillon, & Sprenkle, 1990；引自梁淑娟，2004）；本研究重在「協調歷程」及「文化影響」的探討，質性研究即為相當合適的研究取向，分述如下：

首先，在「協調歷程」的探討上，質性研究之適切在於其對動態歷程與時間順序之重視（胡幼慧，1996；Neuman，2003）。Neuman（2003）認為時間的流轉必須被整合為質性研究的一部分；運用時間序列關係，瞭解行為發生的歷程與行為間的先後關係，進而有系統、有組織的整理出現象與行為對當事人的意義（潘淑滿，2003；Neuman，2003）。基於此特性，質性研究適合用來研究任何歷程，它能在微觀層面對個別事物進行細緻、動態的描述和分析，以獲得現象中一些令人困惑的細節，如感覺、思考歷程和情緒等，它不只可以對「什麼」或「多少」

做出有實據、豐富的描繪，更可以探究事件究竟「如何」與「為何」發生，藉此對特定情境中運作的力量（forces）作因果的描述（史特勞斯、寇炳，1998/2001；洪雅琴，2006；邁爾斯、胡白曼，1994/2005；Patton, 1990）。本研究試圖探究在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的協助下，夫妻如何透過相互往來的互動歷程一步步地發生影響及改變，故適合以質性研究來達到本研究之研究旨趣。

在「文化影響」的探討上，質性研究之適切在於其對脈絡因素的重視。質性研究有別於實證主義的科學研究取向，主張社會世界（social world）是由不斷變動的社會現象所組成的，而社會現象的真實性（social reality）來自生活中不間斷的互動過程所共同建構出一種主觀經驗，這種主觀經驗明顯受到脈絡因素所影響，也因此，社會現象往往因不同的時空、文化與社會背景，而有不同的意義（潘淑滿，2003）。基於質性研究對社會世界如上的假設，其所探討的現象就是環境與情境共同互動的結果（簡春安、鄒平儀，1998），因此，質性研究強調從社會脈絡來瞭解社會世界的重要性，任何社會行動都必須被擺在其生活情境脈絡中解讀，才能瞭解其真正的社會意義。所謂社會脈絡是指那些包圍質性研究者研究焦點的情境（Neuman，2003）。研究者認為，在現今的台灣社會，受到傳統與現代多元文化衝擊的華人夫妻，其關係的形成與運作有其社會文化背景，無法脫離其脈絡而被加以瞭解，此研究初衷與質性研究的研究立場實相契合。

第二節 夫妻關係協調工作坊及「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介

入方法介紹

本研究對華人夫妻衝突協調歷程的探討，並非在一個自然發生的日常生活環境中所得來的觀察，而是特指在由研究者之指導教授及其研究團隊所帶領之「夫妻關係協調工作坊」中，「婚姻關係衝突之人我協調」此一夫妻小組活動裡所進行的衝突協調歷程。為使讀者瞭解「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法及其施行的整體情境脈絡，本節將針對工作坊之設計與實施、場域與時間、研究團隊、及「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法之進行方式予以說明。

一、「夫妻關係協調工作坊」設計與實施

本研究所指之「夫妻關係協調工作坊」，是陳秉華根據其「人我關係協調諮商模式」(Chen, 2005)之諮商目標與諮商組成要件，加以延伸應用在夫妻關係中，並參考Gottman夫妻溝通工作坊手冊之部分內容，進而發展出的工作坊架構。工作坊內容主要包括以下四個部分：增進彼此瞭解以及親密感、瞭解二人的衝突因應方式及其內在歷程、增進彼此內在自我的覺察並促進協調、以及增進對婚姻關係價值觀及期待的瞭解。

此「夫妻關係協調工作坊」利用兩個週末的時間進行，兩週末間相隔兩週，共計四天，總時數為 24 小時。在四天的工作坊設計中，包含「大團體」及「夫妻小組」兩種活動進行方式，「大團體」部分由兩位具諮商博士學位之團體領導者帶領全部成員進行活動的演練、分享、及討論，「夫妻小組」則以每對夫妻為一組，每組由一位碩士層級以上之研究生擔任催化員，協助該對夫妻進行分享、演練、及討論，催化其互動。

四天工作坊之大致流程說明如下(未註明【夫妻小組】者即為大團體活動)：

(一) 第一天早上

09：15—10：30	團體形成：課程說明、團體成員相互認識
10：30—10：40	休息
10：40—11：30	認識你真好【夫妻小組】：回顧交往歷程
11：30—12：00	大團體分享

(二) 第一天下午

13：30—14：40	暖身活動：國王與皇后
14：40—15：40	你的世界我懂【夫妻小組】：主題分享

15：40—15：50 休息
15：50—17：00 大團體分享、結束活動

(三) 第二天早上

09：15—09：30 暖身活動：對彼此表達感謝
09：30—10：00 大團體測驗結果講解（於初次會談時所進行之相關量表施測結果）
10：00—11：20 測驗結果解釋與分享【夫妻小組】：測驗結果清單
11：20—12：00 大團體分享

(四) 第二天下午

13：30—14：10 大團體說明示範「角色扮演」進行方式
14：10—15：40 角色扮演【夫妻小組】
15：40—15：50 休息
15：50—17：00 大團體分享、交代家庭作業

(五) 第三天早上（兩週後）

09：15—10：30 大團體分享家庭作業之執行狀況
10：30—10：40 休息
10：40—12：00 大團體說明示範「婚姻關係衝突之人我協調」進行方式

(六) 第三天下午

13：30—15：30 婚姻關係衝突之人我協調【夫妻小組】
15：30—15：50 休息
15：50—17：00 大團體分享

(七) 第四天早上

09：15—09：30 暖身活動：種子幻遊
09：30—12：00 夫妻價值澄清活動
1. 個人排序
2. 個人標價
3. 個人競標
4. 夫妻競標
5. 頒獎

(八) 第四天下午

13：30—14：40 願景

14：00—14：50	休息
14：50—16：00	團體統整與結束
16：00—18：00	進行結束訪談

二、 工作坊進行場域與時間

「夫妻關係協調工作坊」進行之場地，係借用某國立大學輔導諮商系所之團體諮商室一間及個別諮商室六間；團體諮商室為進行大團體活動之用，個別諮商室則為進行夫妻小組活動之用。

團體諮商室與個別諮商室皆原本即裝有錄影設備，並於同一間主控室進行操控，但因研究焦點重視每對夫妻兩人之間舉手投足的互動情形，故在團體諮商室另架三台小型 DVD 於團體外圈，每台 DVD 鎖定一至兩對夫妻進行錄影，以補足原錄影設備無法在大團體時記錄所有夫妻互動之缺憾，此三台 DVD 由一位工作人員進行操作，主控室則由另一位工作人員進行操作。此外，由於擔任各組夫妻之催化員需瞭解該對夫妻在大團體中的互動狀態及表達內容，使其在協助小組活動時更具連貫性，是故在大團體進行時，所有催化員亦坐在團體外圈（多坐在其負責之該組夫妻的後方）。此為工作坊實際進行時團體諮商室內之樣貌。夫妻小組活動的環境則較單純，僅有夫妻二人、催化員一名，共同於個別諮商室內進行活動，由諮商室內原有之錄影設備進行錄影。

在時間的安排上，工作坊第一週課程於 2007 年 1 月 13、14 日進行，相隔兩週後，第二週課程於 2007 年 1 月 27、28 日進行。第四天課程結束後，隨即由各組催化員與夫妻進行 1.5 至 2 小時之結束訪談；六週後，再次接受 1.5 至 2 小時之追蹤訪談。

三、 研究工作團隊介紹

- (一) 團體領導者：團體領導者為兩位女性，皆具國外諮商心理學博士學位及國內諮商心理師執照，目前為某國立大學輔導諮商系所之教授及助理教授。
- (二) 夫妻小組催化員：工作坊最後篩選出七對夫妻（實際出席為六對），故共需七名催化員，分別由兩位諮商心理所博士班研究生、三位諮商心理所碩士班研究生、及兩位團體領導者擔任此角色。催化員均於工作坊前接受訓練，瞭解自身角色定位與任務，在夫妻小組活動中協助催化活動的進行及夫妻的學習。
- (三) 工作坊錄影人員：工作坊錄影人員由兩位諮商心理所碩士班研究生擔任，一位負責主控室之錄影設備操控，一位負責團體諮商室內額外架設之三台

DVD 之操作。錄影人員於工作坊後將錄影資料以光碟及 DV 帶形式整理歸檔，交還研究團隊。

- (四) 初步會談訪談員：由一位團體領導者及一位諮商心理所博士班研究生擔任，與報名夫妻進行初步會談及篩選。
- (五) 研究資料收集員：文字資料、錄音資料由上述夫妻小組催化員於夫妻小組活動中進行蒐集，錄影資料由上述工作坊錄影人員進行蒐集。
- (六) 研究資料管理員：由諮商心理系所一位大學部學生及一位碩士班研究生協助資料的建檔與管理。

四、「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法介紹

本研究選取工作坊中「婚姻關係衝突之人我協調」活動作進一步之探討，係因此活動之目的，在透過一系列的步驟設計，協助夫妻針對某一衝突議題進行內在自我協調與夫妻關係協調，朝衝突化解與關係促進的方向邁進；在此協調歷程中，夫妻各自內在狀態的轉變、夫妻間的互動、關係的變化等皆能透過活動的設計清楚呈現，提供研究者在瞭解夫妻衝突協調歷程上豐富的訊息與資料。

「婚姻關係衝突之人我協調」為一夫妻小組活動，安排於工作坊第三天下午進行。因其進行流程較為複雜，故團體領導者先於大團體內說明並示範完整的進行方式，再由催化員將各對夫妻帶至個別諮商室，進行此活動。以下分別就「大團體之說明示範」與「夫妻實際演練流程」兩大部分，介紹此諮商介入方法：

第一部分：大團體之說明示範

- (一) 開場：團體領導者說明要進行之活動
- (二) 說明「四個自我」（個人我、關係我、家庭我、社會我）的定義及「內在自我衝突」與「夫妻關係衝突」如何發生
 - 1. 說明「四個自我」的定義：
 - (1) 個人我：以自己為焦點，關心自己的需要，看重自己的感受，希望能滿足自我的目標。自我的需要與目標能滿足，對自己的看法與感覺就會好。
 - (2) 關係我：關注的焦點是在二人關係的滿足與快樂，也牽涉到在二人關係的角色、義務、責任，希望在情感上互相需要、依賴、關愛與分享。對自己的感受會受到關係好壞的影響，關係好對自己的感受與看法就會好，覺得自己幸福滿足。
 - (3) 家庭我：以自己家庭或家族關係為關心焦點，重視自己在家庭或家族中的角

色責任與義務，家庭或家族的利益最重要，重視家庭或家族的和諧、快樂、幸福、歸屬、與一體感，也在乎家人批評自己沒有盡到在家庭中的角色與責任。當能照顧好家人，就覺得自己有價值。

- (4) 社會我：關注自己在社會中他人的評價，重視自己在社會中的面子、名譽、成就、地位、他人讚許，擔心他人的批評，害怕他人覺得自己不夠好，無法達到社會的標準。如果能滿足社會的期待，就會覺得自己有價值。
2. 說明「四個自我」會有不同聲音而帶來「內在自我衝突」或「夫妻關係衝突」。以「給父母零用錢」為例，說明如下：

(1) 四個自我的聲音：

- A. 個人我：我想先照顧好自己的需要再考慮要不要給或給多少。
- B. 關係我：我給這麼多，不知我先生／太太會怎麼想？會不會不高興？
- C. 家庭我：我也要考慮父母的需要與兄弟姊妹的給法。
- D. 社會我：給父母零用錢是孩子的義務，如果不給，別人可能會覺得我不孝順。

(2) 內在自我衝突：

「內在自我衝突」指的是個人內在四個不同的自我可能會彼此產生矛盾與衝突，例如：「個人我」與「家庭我」相衝突——一方面想以照顧個人需求為先，先作個人的金錢安排與規劃，再看能夠給予父母多少零用錢；但一方面又覺得應報答父母的養育之恩，給父母更充裕的零用錢讓他們的生活過得更好。

(3) 夫妻關係衝突：

「夫妻關係衝突」則因關係中的對方也同樣具有這四個自我，所以不僅個人的內在自我會衝突，兩人間也會產生關係的衝突，例如：自己的「個人我」認為給父母零用錢應按照自己的需要與能力，但是對方的「家庭我」認為基於孝順立場，無論如何都應該多給，二人就可能產生夫妻關係衝突。

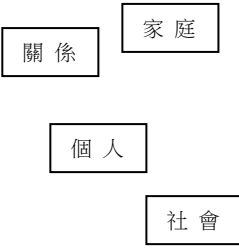
- (三) 設定一個新的情境，邀請成員試說自己在四個自我之狀態、心情與話語，以增加其對這四個自我之瞭解。
- (四) 由兩名催化員扮演夫妻，選擇一衝突議題，在團體領導者（此時扮演催化員角色）引導下，完整示範一次活動進行方式。（進行方式見「第二部分：夫妻實際演練流程」，此略）
- (五) 大團體示範說明結束後，正式活動開始，活動結束後，再回到大團體進行分享。

第二部分：夫妻實際演練流程

此諮商介入方法的設計，將夫妻衝突協調歷程分為三階段，每一階段夫妻各自會排出一張自我圖，每張自我圖皆由其內在的四個自我所組成，三個階段的自我圖分別為：協調初期的自我圖（自我圖一）、協調中期的自我圖（自我圖二）、協調後期的自我圖（自我圖三），夫妻雙方透過自我探索與彼此互動所帶來之衝突協調即呈現在三張自我圖之變化上。以下透過表 3-2 介紹此方法之進行步驟，另可輔以圖 3-2-2（見 P.80）理解其整體流程：

表 3-2 「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法進行步驟

階段	進行步驟
協調初期	<p>1. 兩人找出衝突議題並進行對話</p> <p>(1) 邀請夫妻找出欲討論之衝突議題或事件。</p> <p>(2) 邀請他們針對此衝突議題或事件進行一段對話，對話內容為夫妻平日對此衝突議題之討論，或衝突事件當下之對話。此時催化員需留意雙方之表達出現了哪些四個自我的不同聲音。</p> <p>2. 輪流表達各自的四個自我狀態，排出「自我圖一」(協調初期的自我圖)，配偶針對其自我圖給予回饋。</p> <p>(1) 將四個自我的標籤交給夫妻(四張 A4 紙，各標明「個人我」、「關係我」、「家庭我」、「社會我」，夫妻各一份)，一字排開，置於地上。</p> <p>(2) 請夫妻自由決定由誰先開始。</p> <p>(3) 引導夫妻之一方低頭看看四個自我的標籤，思索並選擇自己在剛剛的對話中哪一個自我狀態較強烈，或者印象深刻，邀請他／她坐到那個自我的位置上，用那個自我來向配偶做自我表達(配偶不用回應，僅需專注聆聽)，接著再邀請他／她看看剛才的對話還有無其他自我出現，(若他／她表示沒有，催化員可引導：「你／妳剛剛提到……，好像是在○○我，是嗎？請你到這個○○我的位置上，用這個自我跟對方說話」)。以此類推，直到他／她有機會坐到四個不同的自我位置上來說話。若起始的對話沒有出現其中某一個自我，也可邀請他／她覺察，對未出現的那個自我，自己的感覺為何？其功能為何？影響為何？並邀請他／她坐到那個自我上去表達自己，協助他／她體驗。</p> <p>* 如果夫／妻說「我不知道」時，催化員可以引導其回憶大團體時對這四個自我之界定，增加其辨識能力。</p>

階段	進行步驟
協調初期	<p>* 催化員需留意夫／妻在某個位置上的話語可能是其他位置的，適當引導其轉換到該位置。</p> <p>* 催化員需留意讓夫／妻以該自我狀態（例如家庭我）來對配偶說話，而不是對催化員說。</p> <p>(4) 排出「自我圖一」：上述歷程結束後再邀請他／她排列出目前這四個自我之間的關係圖及與配偶之距離。（那些自我最常出現或較強？那些自我是其最常拿來與對方互動的？四個自我彼此間的距離為何？）排列方式以下列說明：</p> <p><u>舉例：A 夫於自我表達後，排出自我圖一</u></p> <div style="text-align: center;"> <p>W (聆聽者)</p>  <p>H (發言者)</p> </div> <p>圖 3-2-1 自我圖圖例</p> <p>H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。</p> <p>(5) 邀請他／她回到原來的的位置，述說自己經過檢視與表達四個自我後，現在的體會、感覺與想法。</p> <p>(6) 邀請聆聽的一方給予回饋：聽完配偶（發言者）所分享的四個自我狀態及排列的自我圖後，有沒有什麼新的發現與體會？</p> <p>(7) 兩方交換，聆聽者變為發言者，換由其表達四個自我狀態及排列自我圖一，步驟如同步驟 2- (3)、2- (4)、2-(5)、2-(6)。</p>

階段	進行步驟
協調中期	<p>3. 在前一階段增進對自我及配偶狀態的覺察和瞭解後，依其各自意願，同時排出「自我圖二」(協調中期的自我圖)，並說明各自的調整。</p> <p>(1) 請二位坐回原來的位罝，看看彼此之目前狀況。</p> <p>(2) 排出「自我圖二」：催化員交給兩位另一份四個自我標籤，用以代表其「期待調整的四個自我」，由兩人同時排出各自有意願調整成的位置圖。</p> <p>(3) 請雙方各自描述其有意願調整成的自我圖。</p> <p>(4) 引導並協助雙方欣賞肯定配偶的調整：例如可以引導雙方看看配偶做了這樣的調整，有哪些是配偶的努力以及配偶的善意？如果沒有也沒關係，就繼續下一個步驟。</p>
協調後期	<p>4. 依據自我圖二，經兩人溝通協調，討論還希望配偶有所調整的部分，排出「自我圖三」(協調後期的自我圖)。</p> <p>(1) 溝通協調：邀請夫妻某一方(以夫為例)看看另一方(妻)的圖，問問看夫對妻所期待調整成的自我圖感覺如何？是否可以接受？如果不行或者無法全部接受，邀請夫在瞭解妻的期望與需要下，表達對妻的期待，並邀請兩人共同協商出符合雙方需要與期待，或雙方皆能接受的平衡點，由妻自行動手調整成「自我圖三」。</p> <p>* 引導夫說出自己希望妻調整的樣子，而妻也可以在考慮到自己需要的狀況下，再看看有沒有調整的空間。</p> <p>* 如果夫的要求妻無法做到，可邀請妻說出其可以調整的部分，或者引導夫再縮小一點對妻的期待。</p> <p>(2) 妻如果做出調整，邀請妻說說其何以做出調整，以及做出調整後的感覺為何？</p> <p>(3) 再換妻看夫的自我圖，重複進行步驟 4-(1)、4-(2)。</p> <p>(4) 具體行動的承諾：邀請雙方找出一件願意為配偶調整的具體行為。</p> <p>5. 分享：雙方彼此分享剛剛這個過程的體會、感受與發現。</p>

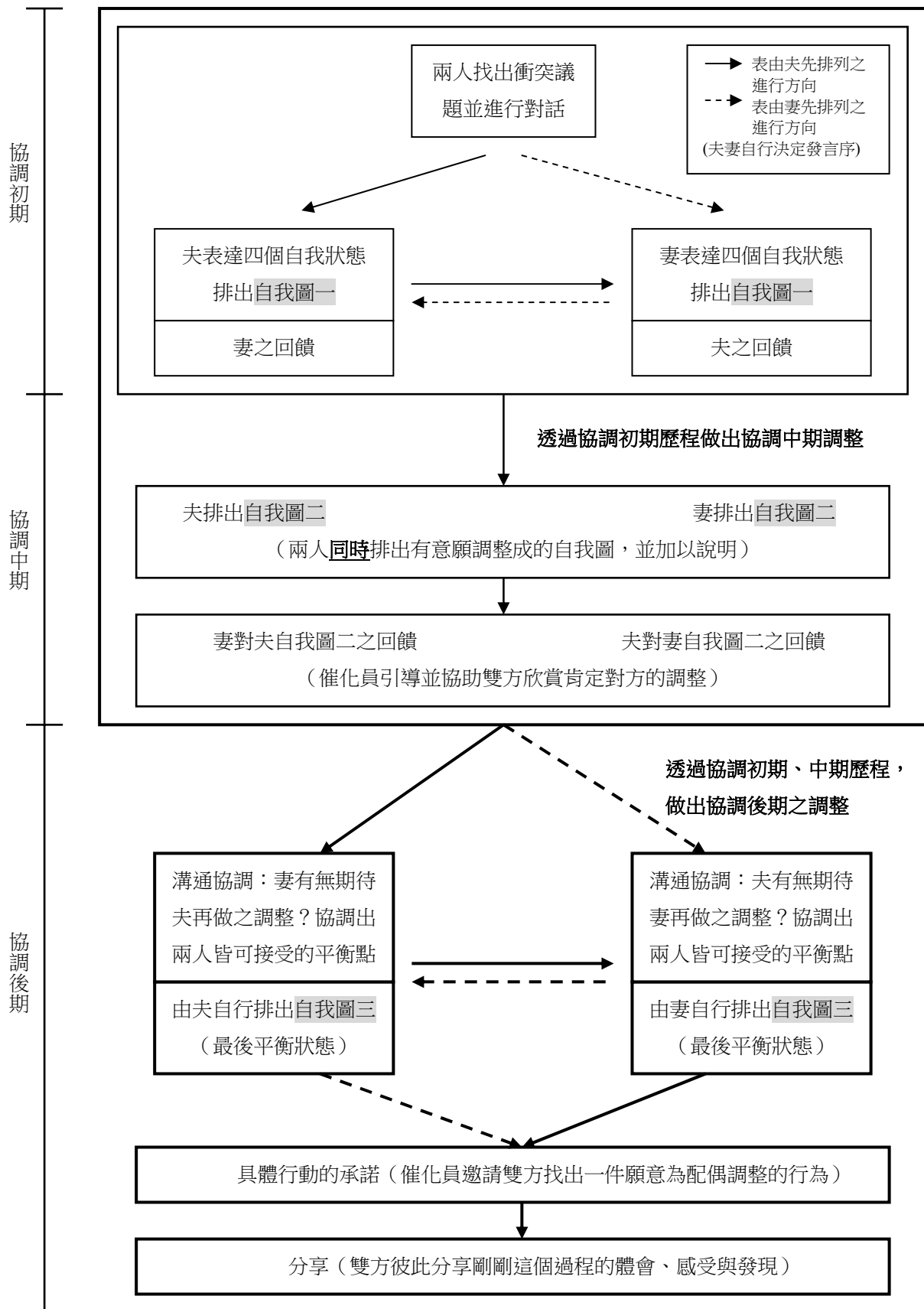


圖 3-2-2 「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法流程圖

第三節 研究參與者

本研究之研究參與者有二，分別為參與「婚姻關係衝突之人我協調」夫妻小組活動之夫妻，以及研究者；另亦將本研究錄音資料之騰稿員作一簡單介紹，分別呈現如下：

壹、 參與「婚姻關係衝突之人我協調」夫妻小組活動之夫妻

一、 研究參與夫妻之招募與篩選

本研究中的夫妻，是經由研究者之指導教授所進行之「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」招募、篩選而來，招募方式係透過愛家基金會、愛鄰基金會、縣市家庭教育中心等機構進行公開招募，對象鎖定大台北地區結婚五年以內，尚未有子女之夫妻，年齡不拘，但不包含有外籍配偶之夫妻，以減少夫妻背景因素的複雜性。篩選之標準包括：

- (一) 夫妻雙方皆對婚姻關係感到衝突，衝突議題可涵蓋：經濟問題、姻親問題、生活作息、家事分工等。
- (二) 夫妻均有動機處理婚姻困擾問題，希望透過研究設計之夫妻關係協調小團體方案以促進或改善婚姻關係，並能全程參與研究方案之進行。
- (三) 排除有重大家庭事件的夫妻，例如：家庭暴力、強烈離婚意願、家庭危機事件、及患有嚴重精神疾病等。
- (四) 夫妻雙方皆願意簽署研究參與同意書（見附錄二），接受全程錄音、錄影，亦同意將研究資料做為論文撰寫與學術期刊發表之用。

所報名之夫妻，由研究團隊與之進行 1.5 至 2 小時的初次會談，並進行相關量表施測（多元個人現代性量表與多元個人傳統性量表、多面向婚姻滿意量表、夫妻互動行為檢核表、衝突議題檢核表），經研究團隊確認為合適之夫妻，乃邀請其正式進入研究方案，並簽訂研究參與同意書。

透過上述招募及篩選過程，最後共選出七對夫妻參與研究方案，但實際進行工作坊時，僅出席六對夫妻。研究者經指導教授同意，並簽署研究同意書（見附錄一），得以運用此研究方案所蒐集之五對夫妻於「婚姻關係衝突之人我協調」活動中的衝突協調歷程資料，進行資料分析，撰寫本論文。之所以僅分析五對夫妻之資料，係因其中一對夫妻因故未進行「婚姻關係衝突之人我協調」活動所致。

二、 研究參與夫妻之背景資料

本研究鎖定工作坊中「婚姻關係衝突之人我協調」活動進行研究與分析，實際參與此活動之五對夫妻，其年齡介於 27 至 42 歲之間，皆接受大學以上高等教育，其中四位為學士、六位為碩士，婚齡為 0.5 至 3.5 年，所從事之職業包含軍公教、商、工以及輔導相關工作等。

貳、 研究者

本研究之研究者包含研究者本身及一名協同研究者，茲說明如下：

一、 研究者

(一) 研究者的訓練背景與實務經驗

研究者現為國立台灣師範大學教育與心理輔導所諮商心理學組碩士班研究生，性別為女性，於就學期間曾有系統地修習諮商理論基礎、諮商技術專題研究等專業課程，並已完成碩二全學年之諮商兼職實習及碩三全學年之諮商全職實習，擁有於高中、大學輔導與諮商工作經驗三年以上，具備一定程度的諮商專業知能。

在對婚姻、家族、與文化議題的關注及興趣下，研究者曾於研究所期間修習婚姻與家族治療研究、多元文化諮商專題研究、Culture Immersion Program 等課程，並自大學時期即開始參加多次婚姻、家族、性別、文化等主題之研習及工作坊，參與籌畫兩屆校內「性別平等週」活動，亦曾短期於台北地方法院家事法庭協助建立法庭內諮商制度及擔任隨庭的情緒支持，使自身對本研究所涉及之相關議題有更豐富而深層的涉獵、學習及省思。

在研究方法方面，研究者曾修習行為科學方法論，並持續閱讀質性研究相關書籍與論文，參與師大碩士班同儕組成之「質性研究讀書會」，以增進個人在質性研究上所應具備之知能；研究者亦於碩二下開始加入由指導教授主持之論文團體討論會，從中觀摩學習學長姊之論文研究的進行，在指導教授及學長姊的分享討論中對研究方法更加熟悉。

(二) 研究者所扮演的角色

在本研究中，研究者擔任資料蒐集者、資料轉錄核對者、及資料分析者的角色。

1. 資料蒐集者：研究者擔任指導教授帶領之「夫妻關係協調工作坊」四天活動全程錄影人員，含大團體活動及夫妻小組活動，工作坊後將錄影資料整理歸檔。本研究所使用之錄影資料即由此而來。

2. 轉錄資料核對者：研究者擔任本研究資料之逐字稿校對工作。
3. 資料分析者：研究者為本研究之資料整理與分析者。

二、 協同研究者

本研究之協同研究者亦為國立台灣師範大學教育與心理輔導所諮商心理學組碩士班研究生，性別為男性，在諮商專業的學習上曾修習婚姻與家族治療專題研究、進階婚姻與家族治療研究、多元文化諮商專題研究課程，對本研究所涉及之相關議題（兩性、婚姻、家庭、華人文化）皆具備相關知識及敏感度；在研究方法的學習上曾修習質性研究課程，其碩士論文亦採質性研究中紮根理論之資料分析方法進行研究。

協同研究者在本研究中主要任務為協助研究者一同進行資料分析工作，並參與資料分析過程中的討論。

三、 騰稿員

本研究所使用之「婚姻關係衝突之人我協調」逐字稿資料，乃由研究團隊委請五位大學生、碩士班研究生，利用錄音檔進行逐字稿轉騰工作（為保護參與夫妻之隱私，未提供影像資料）。五位騰稿員皆具有騰寫逐字稿之經驗，瞭解騰寫逐字稿之相關注意事項，能夠遵守保密原則，並簽署逐字稿騰寫須知同意書（見附錄四）。

第四節 研究工具

本研究所使用之研究工具包括研究相關表件（研究同意書、研究參與同意書、「夫妻關係協調工作坊」招募簡章、逐字稿騰寫須知同意書）、研究札記、錄音錄影設備、活動錄音錄影資料及逐字稿。分別說明如下：

一、 研究相關表件

（一） 研究同意書（見附錄一）

本研究的夫妻關係衝突協調資料，是經由研究者之指導教授所進行之「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」蒐集而來，研究者經指導教授同意，並簽署研究同意書，得以運用當中五對夫妻於「婚姻關係衝突之人我協調」活動之衝突協調歷程資料，進行資料分析，完成本研究。

（二） 研究參與同意書（見附錄二）

本研究參與之夫妻，在通過研究團隊篩選後，簽署研究參與同意書，同意書一式兩份，一份由研究參與夫妻留存，一份由研究團隊留存。同意書內對研究參與者之權益義務、研究資料之保管運用、及其他相關事項皆有詳細之說明。

（三） 「夫妻關係協調工作坊」招募簡章（見附錄三）

「夫妻關係協調工作坊」招募簡章由研究團隊設計，做為公開招募研究參與者之用，內容包含工作坊說明、招募對象、工作坊與研究實施流程、報名方式與日期，旨在邀請有意願且符合條件之研究參與者加入研究。

（四） 逐字稿騰寫須知同意書（見附錄四）

研究團隊透過熟識管道尋找合適的錄音資料騰稿員，騰稿員需先簽署逐字稿騰寫須知同意書，以瞭解騰寫逐字稿之注意事項、保密原則及專業倫理。

（五） 研究參與者檢核回饋表（見附錄五）

研究者於資料分析完成並撰寫研究結果初稿後，邀請研究參與者針對研究結果進行檢核，並填寫研究參與者檢核回饋表，供予研究者進行適當的修補或刪

減，使本研究結果的撰寫更符合或貼近研究參與者之真實狀態。

二、 研究札記

研究札記記載研究者於整個研究過程中之觀察、思考歷程及反省，包括：文獻整理的思考方向、工作坊中的觀察、資料分析架構的形成過程、資料分析過程中的發現與省思、與協同研究者進行之討論與分享、與指導教授及論文團體討論會成員之討論、分享、及從中獲得的啟發，以及無數在文獻探討及資料分析過程中所激起之個人經驗連結與反思。研究札記的紀錄對研究者之資料分析及結果討論有相當大助益，協助研究者能從龐雜的資料中理出脈絡，並能不斷來回相互補充或修正，讓研究結果有更完整的呈現。

三、 錄音、錄影設備

為能完整記錄研究參與者在研究方案中的表達內容、互動歷程，工作坊全程以諮商室原架設之錄影設備、DVD 三台（另外架設）、以及錄音筆數支同時進行錄影及錄音，盡可能保持各項活動進行之全貌，以利之後謄寫逐字稿與資料分析之用。

本研究所採用之「婚姻關係衝突之人我協調」資料，因來自夫妻小組活動，所運用之錄音錄影設備包括各間個別諮商室之錄影設備及錄音筆數支。

四、 活動錄音、錄影資料及逐字稿

「婚姻關係衝突之人我協調」夫妻小組活動進行過程中，全程錄音與錄影，並將影音資料轉騰為逐字稿，做為資料分析與研究之用。

第五節 研究程序

本研究由研究者之指導教授所進行之「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」而來，以下先呈現該研究之完整程序，再進一步說明本研究在當中的涵蓋位置為何。「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」之研究程序如下：

- 一、 由研究計畫主持人發展婚姻關係協調的基本理念與工作方法。
- 二、 組成研究團隊，進行研究相關工作以及工作坊內容之設計。
- 三、 公開招募婚姻伴侶。
- 四、 進行初次會談：初次會談的目的在篩選研究參與之夫妻，每對夫妻接受 1.5 至 2 小時的會談，並接受相關量表施測。
- 五、 簽訂研究參與同意書：經研究團隊確認為合適的夫妻，乃邀請前來參加小團體諮商工作坊，工作坊開始前雙方簽訂參與工作坊與研究合約。
- 六、 進行兩個週末共四天之諮商小團體工作坊，同時進行全程錄音與錄影。
- 七、 四天工作坊結束時進行結束訪談與相關量表的後測：每對夫妻於工作坊全程結束後當天，接受 1.5 至 2 小時的結束訪談，並進行相關量表之後測。
- 八、 工作坊結束六週後進行追蹤訪談與相關量表的追蹤後測：工作坊結束六週後，每對夫妻亦接受 1.5 至 2 小時的訪談，並進行相關量表之追蹤後測。
- 九、 將工作坊全程錄音錄影資料、事後訪談與追蹤訪談錄音錄影資料，轉騰成逐字稿。
- 十、 進行資料整理與分析。
- 十一、 邀請研究參與者進行資料檢核，針對檢核結果進行研究結果修正。

研究者自「流程六」始進入研究團隊，擔任工作坊全程錄影人員；並參與「流程九」，進行工作坊大團體活動逐字稿、「婚姻關係衝突之人我協調」活動逐字稿之校對工作；至流程十、流程十一，為研究者正式為本論文研究進行之研究步驟。

第六節 研究資料的整理與分析

本研究之夫妻關係衝突協調歷程研究資料，是經由研究者之指導教授所進行「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」蒐集而來，研究者取得指導教授同意，將其中「婚姻關係衝突之人我協調」夫妻小組活動之歷程資料做為本研究之用，該活動為各對夫妻在催化員的引導下，針對一日常生活中發生的衝突議題，實際進行衝突協調之完整歷程，本研究針對此完整歷程進行資料分析，共計五對夫妻各約 120 分鐘之逐字稿資料。

在資料的處理上，本研究採用紮根理論研究之資料分析步驟進行資料分析。一般而言，紮根理論研究法的目的在透過嚴謹的資料分析，形成紮根於現實世界的理論，而本研究受限於其初探性質及有限的研究參與者，尚無法獲取足夠的資料以達到理論飽和，發展理論；但紮根理論所提供的明確、有系統的資料處理程序與技術，能協助研究者將所獲得的偌大原始資料逐步概念化(史特勞斯、寇炳，1990/1997；龔靖淳，2006)，進而連結概念與概念間的關係，思考、組織對複雜現象的深度瞭解，故依然採用其資料分析方法，以達成本研究之研究旨趣及目的。

茲將研究資料整理與分析程序說明如下：

一、研究資料整理

- (一) 逐字稿檢核工作：研究者將所取得之夫妻衝突協調歷程逐字稿，搭配全程錄影檔案反覆閱讀，將其中語句不清、謄寫錯誤、及編碼錯誤部分予以修正；並透過影片將夫妻互動之非語言訊息以【】符號加以補充，包含音調、語氣、表情、肢體動作、沉默、停頓、四個自我的位置轉換等，使逐字稿內容更真實呈現出夫妻互動的原始樣貌。此外，對於可能辨識出研究參與者身分的資料或文字，則以○○符號代替之。
- (二) 現象場的還原 (phenomenological reduction)：研究者盡量減少個人主觀的涉入，依據研究參與者之前後述說和互動脈絡瞭解其所陳述的意義，將相關代名詞以 () 符號補上具體的指涉對象，語意未完成及語意模糊不清之處同樣以 () 符號予以註明或補充，使句子之意義更明確，以利之後資料分析工作的進行與判讀。
- (三) 分段標示：依「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法進行步驟，將逐字稿內容予以分段，並標示出該段起迄句代碼及步驟概述，使更清楚呈現諮商介入方法進行脈絡。以 A 對夫妻部分逐字稿資料舉例如下：

[SAH001~SAH005] 決定欲討論之衝突議題或事件

SAH001：討論給零用錢

SAW001：給誰零用錢？

SAH002：給媽零用錢

：（以下略）

〔SIA003~SAW096〕針對議題進行對話

SIA003：OK，所以，你們兩個要先進行一段對話

SAW005：嗯

SIA004：這對話可能是你平常有實際發生過的

：（以下略）

（四）編碼說明：逐字稿中每一句對話內容皆給予編碼，說明如下：

表 3-6-1 資料分析之編碼說明

順序	代碼	說明
第一碼	S	工作坊活動別。工作坊中每個活動有其代碼，「S」代表「婚姻關係衝突之人我協調」活動。
第二碼	A~G：夫妻別 I：催化員	身分別
第三碼	H：先生 W：太太 A~G：催化員別	身分別
第四碼	三位數字，自 001 開始	句別。每個人每一次對話分別給予三位數字代碼。
第五碼	二位數字，前加一短破折號，與第四碼作區隔，例如：-01	斷句別。當句子較長時，將之斷成意義完整之最小單位句子，給予編碼。（故並非所有句子皆有第五碼）

舉例：

- 「SAH021-01」：代表 A 對先生在「婚姻關係衝突之人我協調」活動中第 21 句對話的第 1 個斷句。
- 「SIA021」：代表 A 對夫妻的催化員在「婚姻關係衝突之人我協調」活動中的第 21 句對話，且此句話未經斷句。

二、研究資料分析

（一）閱讀與理解逐字稿資料

研究者首先藉由同時閱讀逐字稿與觀看活動全程錄影檔，形成對各對夫妻之衝突協調歷程的整體性印象；再藉由反覆閱讀各對夫妻之逐字稿資料，必要時再佐以錄影檔，形成對各對夫妻衝突協調歷程之發展性脈絡理解，並將閱讀過程中的思考、比較、想法、心得等記錄於研究札記中，做為後續資料分析的參考或提醒。

(二) 開放編碼 (open coding)

開放編碼係指將研究資料加以分解、檢視、比較、概念化 (conceptualizing)、和類別化 (categorizing) 的過程，亦即將原始資料中的現象轉化為概念 (concepts)，並將它們類聚成一個類別 (category)，為它命名，並發展其屬性 (properties) 與面向 (dimensions) (史特勞斯、寇炳，1990/1997，1998/2001)。

以下將研究者於開放編碼中所進行之具體程序，輔以部分研究資料為例，說明如下：

1. 分辨出與研究主題相關之資料，做為分析的主題文本

透過反覆詳讀逐字稿中夫妻對話內容，分辨出與研究主題相關之資料，例如：夫妻對衝突議題的觀點、個人內在自我的探討、兩人關係衝突的探討、內在協調與關係協調歷程、過程中的改變、文化影響因素……等，做為研究分析的主題文本。與主題無關之資料，在不影響對整體脈絡的理解下予以刪除，不進行分析。催化員之發言內容做為協助研究者掌握整體協調歷程進行脈絡之用，及理解夫妻部分反應之參考，亦不列入資料分析。

2. 將重要句子畫線、斷句、摘要、並編號

依據所分辨出的主題文本，將重要句子畫線，並將可表達完整且獨立意義的段落予以斷句，依斷句摘述其段落意涵，並給予編號。下以 A 對夫妻部分逐字稿資料為此步驟示例：

表 3-6-2 重要句子畫線、斷句、摘要與編號之示例

原始逐字稿	摘要與編號
SAW121: 其實我覺得嗯…… ¹ <u>我覺得你也對我不錯啊，然後很多事情你也都支持我</u> 啊，可就是…現有的狀況就是…我們可能，不可能… <u>嗯…就是說</u> ² <u>我們不可能過得很好</u> ，可是也算過得很幸福知足，但是就是說… <u>嘖…</u> ³ <u>當老婆好像都比較弱勢</u> ，就是說喔，就是要…就是要嫁給你之後，阿就是要…喔， <u>主動的要…幫助你很多事情</u> ，但	SAW121-01 我覺得你對我不錯，很多事也很支持我 SAW121-02 我們過得很幸福知足 SAW121-03 女生比較弱勢，婚後我主動幫你很多事 SAW121-04 我有時會想，自己想要

原始逐字稿	摘要與編號
<p>是，⁴我常常…有時候想一想就會覺得說：<u>那我自己…想要…做的那一塊，我，我，我到底做到了沒有？而不是就是為了你、為了這個家而已…對啊【小聲】…而且，而且⁵我覺得念書這件事情其實是除了…對我自己好之外，⁶我相信對我們兩個以後都會有正面的幫助啊，對，可能以後在找工作的package 上面啊，或者是在…做的事情的範圍啊等等，實際的經濟效益也好，或者是，在…對我們以後的未來是有正面幫助的，⁷所以我才會，希望去完成我想要做【加強語氣】的這件事情，⁸而不是為了你，或者是這個家。…那我……我覺得……坦白講啦，像之前我考上我有跟你說，⁹我那個時候不想讓媽知道，但是你還是提了，主要原因我也是不希望讓她知道說……【笑】我已經結婚了，然後還…還去念書，然後可能…對老人家來講，她會覺得說…沒有盡到媳婦應該…盡的責任，比方……生小孩啊，然後照顧家裡啊，等等，所以我那時候才會覺得說…不要主動講就…就不要主動講，對啊【小聲】，……好像又回來這裡【手指「家庭我」】，呵呵呵呵【笑聲】</u></p>	<p>做的事情做到了沒有，而不是只是為了你或為了這個家</p> <p>SAW121-05 念研究所對我自己有益處</p> <p>SAW121-06（念研究所）也會對我們的未來有正面的幫助</p> <p>SAW121-07 我希望去完成我想要做的事（念研究所）</p> <p>SAW121-08（我希望）不要只是為了你或為了這個家</p> <p>SAW121-09 念研究所我原先不想讓媽知道，原因在於我擔心她覺得我沒有盡到媳婦的責任，比如生小孩、照顧家庭</p>

3. 將資料概念化（conceptualizing）與命名

概念化意指將資料轉為概念的過程。研究者經由閱讀、重要句子畫線、摘要的工作，對全篇逐字稿內容有深入瞭解，在此基礎之上，再將摘要轉化為更精簡的概念化資料，依其所指涉之現象或意義予以命名。以下仍取 A 對夫妻資料為此步驟示例：

表 3-6-3 資料概念化與命名之示例

摘要與編號	概念
SAW121-01 我覺得你對我不錯，很多事也很支持我	感受到夫對自己（妻）的好
SAW121-02 我們過得很幸福知足	兩人生活幸福知足

摘要與編號	概念
SAW121-03 女生比較弱勢，婚後我主動幫你很多事	婚後給夫許多幫助 妻地位弱勢需協助夫（觀念）
SAW121-04 我有時會想，自己想要的做的事情做到了沒有，而不是只是為了你或為了這個家。	反思個人理想是否達成
SAW121-05 我覺得去念研究所這件事除了對我自己好，	念研究所帶來自我成長
SAW121-06（念研究所）也會對我們的未來有正面的幫助。	念研究所對小家庭未來有幫助
SAW121-07 我希望去完成我想要做的事，	個人理想的驅使
SAW121-08 而不是只是為了你或為了這個家。	不希望只照家人期待
SAW121-09 念研究所這件事我原先不想讓媽知道，原因在於媽雖然口頭上說很好，但我擔心她覺得我沒有盡到媳婦的責任，比如生小孩、照顧家庭。	擔心婆婆的看法（未盡媳婦責任）

4. 類別化 (categorizing) 與命名

概念化意指將指涉同一現象或同一觀點的概念聚集成同一類別的過程。相關概念聚集成類別與次類別後，研究者再給予一更具綜合性之命名，此命名可能來自原始資料中之概念、研究者本身之領悟或發現、文獻中之既定概念名稱、或研究參與者所使用字句中擷取出的實境代碼 (in vivo codes) (史特勞斯、寇炳，1998/2001)，續以 A 對夫妻資料示例如下：

表 3-6-4 類別化與命名之示例

類別	次類別	概念	摘要	編號
欲追求個人我目標	澄清個人我目標	反思個人理想是否達成	我有時會想，自己想要的做的事情做到了沒有，而不是只是為了你或為了這個家。	SAW121-04
		不希望只照家人期待扮演角色	我希望去完成我想要做的事，而不是只是為了你或為了這個家。	SAW121-07 SAW121-08
			我也有我想扮演的角色和想完成的夢想，而不是只照著你們的期望去做事。	SAW124-04

類別	次類別	概念	摘要	編號
	追求個人我目標之動力	個人理想的驅使	我希望去完成我想要做的事	SAW121-07
			我也有我想扮演的角色和想完成的夢想，而不是只照著你們的期望去做事。	SAW124-04
		委屈感的補償	所以我堅持去念書，做一件事是只花錢花給我自己的。	SAW119-08
	追求個人我目標的益處分析	自我成長	我覺得念研究所這件事除了對我自己好	SAW121-05
		對小家庭未來有幫助	(念研究所)也會對我們的未來有正面的幫助	SAW121-06

(三) 主軸編碼 (axial coding)

主軸編碼的工作主要在發現與建立概念類別之間的各種關聯，將開放編碼中被分割的資料加以類聚，以對現象形成更精確且複雜的解釋（史特勞斯、寇炳，1998/2001；陳向明，2002）。研究者在完成開放編碼後，藉由所分析現象之因果條件（casual conditions）、介入條件（intervening conditions）、脈絡（context）、策略性行動／互動（strategic actions / interactions）、與結果（consequences），將各類別與次類別連結起來，使資料重新組合並形成假設性關係。在連結的過程中，研究者亦會回到原始資料中，藉由比較與探問的方式查看原始資料是否支持此假設性關係。

研究者於主軸編碼中所進行之具體程序如下：

1. 本研究進行主軸編碼所依據之組織性架構為：透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，夫妻關係衝突協調歷程為何（包含夫、妻之自我狀態、內在自我衝突、關係衝突、及關係協調變化樣貌）？夫妻關係衝突協調的促成因素為何？夫妻關係衝突協調所受到之文化脈絡影響因素為何？
2. 依據上述架構，從每對夫妻之分析資料中，思考哪些資料可說明該現象，將之歸置於其中。
3. 分別檢視某一架構下之分析資料，把各類別與次類別連結起來，將資料重新組合並形成假設性關係。
4. 回到原始資料上作持續的比較與探問，以支持並擴充所得到之假設性關係。

以下同樣以 A 對夫妻之部分資料為主軸編碼之示例：

表 3-6-5 主軸編碼之示例一

核心類別	次核心類別	類別	次類別	概念
內在自我狀態	個人我的狀態	欲追求個人我目標	澄清個人我目標	反思個人理想是否達成
				不希望只照家人期待扮演角色
			追求個人目標之動力	個人理想的驅使
			妻對追求個人我目標的益處分析	委屈感的補償
				自我成長
				對小家庭未來有幫助
		對追求個人我目標的不安		擔心婆婆的看法
				家計考量
		為小家庭做的個人我妥協		金錢使用的改變(無法為自己存錢)
			將邊讀書邊工作	
	關係我的狀態	關係中的心理感受	對夫的不滿	不夠為小家庭著想
				不夠為妻著想
				對婆婆太縱容溺愛
			對夫的無奈	對夫無動能與婆婆進行溝通感到無奈
				對夫不認同自己提出的問題感到無奈
				金錢議題上夫重婆婆勝過妻
		對夫、對關係的肯定	感受到夫對自己的好	
			兩人生活幸福知足	
		對夫的期待		體諒妻的妥協犧牲
				更為小家庭著想
			對夫抱有傳統男性角色期待	家庭經濟應由夫承擔
			夫應在婚前做好成家的準備(房、車)	
關係中自己如何被看待	妻認為先生心中的自己	夫覺得妻較自私		
		夫覺得妻太計較		
	自己所受傳統女性角色期待之影響	妻地位弱勢需協助夫		

表 3-6-6 主軸編碼之示例二

核心類別	類別	次類別	概念
關係協調的促成因素	增進對自我的覺察與瞭解	自我檢視與自我反省	妻反思個人理想是否達成
			妻自省未做好與夫家的關係聯繫
			夫自省對母親關心不足
	增進相互瞭解	來自對方真實感受的回饋	來自妻的回饋：夫對母親的關心程度多過對妻
			充分而清楚的表達
	增進對現實狀況的瞭解	澄清過去疑慮或誤解	妻的出發點是為家庭 兩人用一樣的優先順序考量事情
			夫增加對小家庭經濟狀況之瞭解
	願在關係中釋出善意	願意為配偶作自我調整	夫願提高對關係的重視 妻願提高對夫家的重視
			給予配偶支持或協助
		照顧配偶的感受與需要	妻願對婆婆表達孝心 夫願去瞭解母親用錢情形以降低妻之不安
			表達對關係、對配偶的肯定與重視
		願在溝通互動中先放低姿態	夫表達對妻需精打細算以持家的虧欠 妻承認自己的不足
			能感受到對方所釋出的善意

三、研究札記之撰寫

研究者在進行資料整理與分析的同時，以研究札記記載分析過程中的思考脈絡、分析架構的形成過程、個人於其中出現的任何概念、想法、感受、反省、困惑，以及與指導教授、協同研究者、論文團體討論會討論所得之感想與啟發。隨

著資料的累積與進展，研究者亦不斷在原始資料與分析結果間來回補充與修正，藉以釐清、調整、或擴充原始架構及撰寫內容，讓研究結果有更完整而貼近研究參與者經驗之呈現。

第七節 研究結果的可信性檢定

質性研究者關注社會事實的建構過程及人們在特有社會文化脈絡下的經驗解釋，這種脈絡情境過程、互動、意義和解釋的探索研究，其研究價值之判定具有與量化研究不同之信效度檢核標準（胡幼慧，1996）。Lincoln 與 Guba（1985）提出「信實度」（trustworthiness）做為評估質性研究品質與研究價值的中心原則；而信實度可透過可信賴性、可轉換性、可靠性、可確認性四個檢核標準來加以提升（Heppner & Heppner, 2004; Lincoln & Guba, 1985; Morrow, 2005），以下分別就此四個標準說明本研究在提升信實度上的做法：

一、可信賴性（credibility）

可信賴性係指質性資料之真實程度，意即研究者真正觀察到所希望觀察的（胡幼慧，1996）。本研究透過以下幾個方式增進研究資料的可信賴性（胡幼慧，1996；Lincoln & Guba, 1985）：

- （一）本研究所探討之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，有一定程度之研究情境控制－利用安靜不受干擾之個別諮商室，按照既定的程序步驟，在催化員的引導輔助下進行此衝突協調歷程。各組催化員在此活動階段已與夫妻有一定的熟悉度，使夫妻能更自在開放的進行衝突協調；催化員角色亦能引導夫妻聚焦在此諮商方法之步驟上，不至讓夫妻偏離衝突協調歷程太遠，故能使蒐集之資料盡可能符合研究者所欲觀察之內容，提高質性資料之可信賴性。
- （二）本研究在資料蒐集上有足夠的輔助工具－工作坊進行過程，皆全程錄音及錄影，留下客觀紀錄。逐字稿的形成第一步由騰稿員經錄音檔轉騰而成，再經研究團隊進行內容核對；第二步由研究者配合錄影檔進行更精確的核對，並補充錄音檔所未能呈現之非語言訊息，使蒐集到之質性資料更貼近真實。
- （三）在資料分析的進行上，研究者與協同研究者將所有逐字稿反覆詳讀後，先各自進行開放性編碼工作，再針對開放性編碼結果進行充分討論，以達到共識；接著由研究者獨自進行後續分析步驟，交由協同研究者閱讀，再與之進行討論、修正、補充，以協助研究者在檢視文本資料及資料分析上能更開放並減少偏誤。此外，在為期數月的資料分析過程中，研究者與協同研究者亦定期將資料分析結果帶至指導教授所主持之論文團體討論會，與指導教授及另外兩位討論會成員（一為本系所博士班研究生，已具國內諮商心理師執照，預計進行相關主題之論文研究；一為本系所碩士班研究生，正進行相關主題之論文研究）進行部分資料之檢核及討論。

二、 可轉換性 (transferability)

可轉換性係指研究者能夠將研究參與者所表達的感受與經驗，有效地轉換成文字陳述。一般而言，用以增加資料可轉換性的技巧為深厚描述 (thick description) (胡幼慧，1996；潘淑滿，2003)。本研究針對研究參與者之背景特性、工作坊進行之情境脈絡、實施流程、「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法之進行步驟、催化員角色定位與介入方式等資料盡可能提供詳實的描述；在撰寫研究結果時，依資料的時間脈絡與意義呈現衝突協調歷程及分析結果，並佐以原始對話資料，做細緻而豐富的呈現，以提供讀者在閱讀時能更充分瞭解本研究進行之整體架構與脈絡，而在判斷研究結果的類推性上有所依據；亦在未來相關主題的研究或實務工作上，提高本研究結果之參考價值及實際應用性。

三、 可靠性 (dependability)

可靠性係指個人經驗的重要性與唯一性。因此，如何有效運用資料蒐集策略以取得可靠性的資料，乃為此指標之考量重點 (胡幼慧，1996；潘淑滿，2003)。本研究中，研究者具體而詳細地說明研究參與者之招募及篩選依據、研究資料蒐集方式、資料之整理分析方式等研究過程，使讀者可清楚地瞭解研究者如何得到研究結果，用以判斷本研究之研究方法的合宜性及研究資料的可靠性。

四、 可確認性 (confirmability)

可確認性係指研究之客觀中立性。質性研究在面對研究的中立性時，並非依循量化研究所強調研究者要置身於外，反而是強調研究者與被研究者的交互影響，並承認文化、社會等因素的影響是值得探討的「問題」之一。因此，質性研究並不堅持研究者的中立，而是要加強資料的中立性考驗 (高敬文，1996)。可確認性的核心關注在於研究者本身必須不斷地反思與檢討，使研究發現盡可能來自於研究的情境脈絡及研究對象，減少研究者自身的觀點、想法或偏見的左右。此外，研究者也必須適當地將研究資料、分析過程、研究發現呈現出來，使讀者能夠從中去確認研究發現的適當性及合理性 (Lincoln & Guba, 1985; Morrow, 2005)。

為增進本研究的可確認性，研究者透過自身的反思、撰寫研究札記、與協同研究者及指導教授的討論，讓研究歷程能在研究者合宜的理解及多方的檢核下展開，其中協同研究者與研究者之不同性別，亦可減少因性別角度可能產生的主觀偏誤；研究者亦詳細呈現研究資料分析的過程與分析的結果，以供讀者判斷資料分析的合理性。

此外，研究者於研究結果初稿撰寫完成後，亦再次與研究參與夫妻聯繫，邀

請其協助檢核研究者之資料分析結果與其當下經驗之符合性，並於研究參與者檢核回饋表中（見附錄五）寫下其修正意見。在五對研究參與夫妻中，A、C、D、E 四對夫妻皆協助此資料檢核工作的進行，G 對夫妻因忙碌因素無法協助檢核，但同意由研究者全權處理其活動參與資料。檢核結果中，四對夫妻認為資料分析結果與其當時真實經驗符合程度分別如下：A 夫未填百分數，但表示內容無須修改；A 妻 95%；C 夫 95%；C 妻 85%；D 夫 95%；D 妻 85%；E 夫 100%；E 妻 99%。

第八節 研究倫理

質性研究在資料蒐集的過程，仰賴研究參與者對研究者極高的信任，以及對研究的全心投入、真誠分享，因而研究者需盡最大可能負起保護研究參與者權益的倫理責任。茲將本研究對研究倫理之關注說明如下：

一、知後同意 (informed consent)

知後同意所重視的是研究參與者必須被充分告知與其權利有關的訊息，使其能夠做出最有利、最適當的選擇 (潘淑滿，2003)。本研究之五對夫妻，皆於進入研究者之指導教授所進行之研究方案—「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」前，瞭解該研究之目的、特性、實施過程，以及研究資料之使用、處理、呈現方式等相關訊息，並簽署研究參與同意書 (見附錄二)，同意將工作坊所蒐集之資料提供學術研究、論文撰寫、與學術期刊投稿之用。

二、隱私與保密 (privacy and confidentiality)

「隱私」係指研究參與者個人資料中不可公開被提及的部分，研究者必須嚴格謹守保密原則以保障研究參與者之隱私 (陳向明，2002；潘淑滿，2003)。本研究所取得之所有與研究參與者相關之原始資料，包括個人基本資料、衝突協調歷程錄音、錄影檔案、衝突協調歷程逐字稿等，研究者皆於研究過程中善盡保管及妥善使用之責，除研究者本身、協同研究者、及指導教授外，無其他人會接觸此資料。在研究結果的撰寫與呈現上，所有足以辨識研究參與者個人身份之訊息都經過隱匿或適度修改。研究結束後，研究者將取得之研究參與者資料全數歸還於指導教授，不另作個人備份，亦不作個人其他研究之用。

三、參與者回饋檢核 (member checks)

研究者於資料分析完成並撰寫研究結果初稿後，聯繫並邀請研究參與夫妻協助進行資料分析結果檢核工作，並針對其檢核結果進行內容的修正，以確保結果的呈現能夠貼近研究參與者之真實經驗。

第四章 研究結果與討論

本章內容主要在呈現本研究之結果與討論。本章共分為七節，第一節為夫妻關係衝突主要議題，第二節為夫妻在衝突協調初期之自我狀態，第三節為夫妻在衝突協調初期之內在自我衝突，第四節為夫妻在衝突協調歷程之內在自我狀態的改變，第五節為夫妻在衝突協調歷程夫妻關係的改變，第六節為促成夫妻關係衝突協調的因素，第七節為夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋。

第一節 夫妻關係衝突主要議題

本節主要介紹五對夫妻之關係衝突主要議題，第一部分分別呈現五對夫妻之關係衝突議題，第二部分為五對夫妻關係衝突議題之綜合分析，第三部分為夫妻關係衝突議題之討論。茲分述如下：

壹、 五對夫妻分別之關係衝突議題

一、A 對夫妻衝突議題概述

A 對夫妻選擇之衝突議題為「是否調整給母親／婆婆之零用錢」：A 夫長久以來固定每月給母親一筆零用錢（始自結婚前），從未想過要做調整，亦不認為母親有支出過多或其他金錢使用上的問題；他希望藉由給母親充裕的零用錢及運用上完全的自由，來表達他對母親之孝心及說不出口的愛與感謝，因而認為金額上應盡量從寬，在能力所及的範圍就不要去更動或給予限制，也認為母親可以自己支配零用錢的使用，不需要去過問或干預。A 妻則認為夫每月給婆婆的零用錢金額過高，婆婆的零用錢支出也過高，對小家庭經濟狀況已有一定程度的影響；她認為一個老人家的生活不需要用到這麼多錢，應按其實際需要來給予即可，加上婆婆有時會有不明的高額帳單，更讓妻擔憂婆婆的金錢使用狀況，因而希望夫去加以關心，同時瞭解有無做調整的可能。

二、C 對夫妻衝突議題概述

C 對夫妻選擇之衝突議題為「對家庭活動的看法及感受不同」：C 夫原生家庭時常有家族性的聚會或活動安排，且常為 C 夫所發起，對 C 夫而言，認為家庭活動是去放鬆玩樂，且可同時兼顧家人間的情感交流及夫妻兩人間的互動，無須刻意區隔家庭活動與夫妻兩人活動；但對 C 妻而言，家庭活動是一種應酬，無法自在的做自己或與夫互動，對夫認為可兼顧兩人關係與家庭並不認同，認為

夫是犧牲兩人關係而成全家庭，加上覺得家庭活動頻率太高，兩人相處時間被嚴重剝奪，因而希望能減少次數，自己亦會以個人事由選擇不參與活動。

三、D 對夫妻衝突議題概述

D 對夫妻原本選擇之衝突議題為「假期能否出國去玩」，但 D 妻在衝突協調初期進行至四個自我內涵表達時，帶出另一個她所關注的「生育議題」（此非兩人之衝突議題），話題並開始轉移到尚未生小孩帶給她的種種壓力。兩人選擇接下來以「生育議題」進行後續的流程，D 妻認為「生育議題」對她的影響較大，「旅遊議題」相對而言困擾較小，D 夫則認為這兩件事可當做一件事來看，猜測妻想出國的原因就是希望能放鬆心情，看看是否比較容易懷孕，妻同意夫的猜測。

在「生育議題」上，妻因承受個人壓力與他人（雙方原生家庭、同事）關心而希望盡快懷孕；夫則認為生育之事順其自然就好，孩子可有可無，不理會家庭與社會的期待。夫的立場並非引起妻壓力的原因，妻亦並未反對夫的立場，甚至希望自己能像夫一樣不在乎他人的期待，只是自己沒辦法做到。兩人過去並未因此發生衝突，而是妻本身對此議題有許多內在感受與矛盾，對其生活和情緒造成影響。兩人有些微衝突出現在此活動進行過程中——妻對於夫對此議題太不在意、無法瞭解她的感受、並一直告訴她要如何改變有所不滿；夫則認為雖然生育議題並非他所關注，但他的壓力與擔憂來自於妻在此議題下的狀態，亦因妻對他的不滿感到無奈。

四、E 對夫妻衝突議題概述

E 對夫妻選擇討論的為一具體衝突事件，係因妻欲夫配合她達成生育願望所引發：妻在受孕的關鍵期（排卵期）要求夫下班後提早回家，但夫在同事邀約下想去唱歌放鬆，夫以電話詢問妻意見時，妻已非常生氣，即使夫最後選擇回家，並特地去接妻欲給她驚喜，妻仍持續對夫表達生氣不滿，最後夫也開始不高興，沉默不再說話。兩人表示相類似的衝突事件發生過多次。

在此衝突事件的背後，實則存在著兩個衝突議題，一為「對生育的態度」，二為「關係衝突的處理態度」；妻較在意的部分為前者，夫較在意的部分為後者。在「對生育的態度」方面，妻積極的想要小孩，夫則覺得一切隨緣不強求，而妻不喜歡夫這樣的態度；在「關係衝突的處理態度」方面，妻會強烈要求夫要配合她，夫則願意為了關係和諧放下個人需要，然而在夫已經做出配合後，妻仍會停留在衝突當下的情緒中繼續與夫爭吵，使夫感覺自己原本善意的讓步並沒有用，加上兩人這樣的互動方式不斷重複出現，使得夫對關係感到挫折和失望。

五、G 對夫妻衝突議題概述

G 對夫妻選擇討論的為一具體衝突事件，事件背後之衝突議題為「玩笑的拿捏」。此衝突為一偶發事件，簡述如下：妻一時興起伸手摸夫的下巴，夫用手去擋而弄痛了妻，夫為自己的動作加以解釋，但妻以玩笑心情指夫在「強辯」〔SGW022〕、「狡辯」〔SGW023〕、「詭辯」〔SGW024〕；這些詞語被夫解讀為負面意涵而認為妻在批評他，加上覺得自己的解釋不被妻接受，不開心的情緒逐步上升，妻未及時察覺到夫真的不高興，仍繼續開夫玩笑，指夫「惱羞成怒囉」〔SGW026〕，使夫更加生氣而開始對妻的行為有所指責，妻則因意識到夫真正生氣了而感到驚訝、害怕，也因夫的指責感到委屈、難過。

在此事件中，妻表示自己自始至終抱著好玩、遊戲的心情，希望夫哄哄她、陪她玩，沒想到夫會認真起來，甚至對她生氣；妻心中尚有一未說出的本意，希望透過遊戲的方式來增進兩人間的親密關係（性關係），但也因衝突的發生而無法達成，亦說不出口了。夫則認為妻自以為的玩笑並未顧及到他的感受，也認為人不能以「虧對方」的方式開玩笑，這是妻應要知道的「常識」〔SGH039-03〕，也是關係中的基本尊重。

貳、綜合五對夫妻關係衝突主要議題

綜合五對夫妻之關係衝突議題，A、C、D 對夫妻之衝突議題分別涉及對夫之母親的零用錢給予、對參與夫之家庭活動的討論、及為夫家傳宗接代，可見都與夫之原生家庭因素相關，但 D 妻同時還承受自己原生家庭的期待。E、G 兩對夫妻的衝突議題為生育議題、對關係衝突的處理態度、及玩笑的拿捏，因當中的「生育議題」是由兩人對於生育抱持不同的態度而來，故此二對夫妻之衝突議題屬單純之夫妻關係衝突。五對夫妻之衝突議題整理，見表 4-1。

表 4-1 夫妻關係衝突主要議題

關係衝突主要議題	夫妻					五對綜合
	A	C	D	E	G	
是否調整給母親／婆婆之零用錢	✓					A、C、D 對夫妻衝突議題與原生家庭因素相關，E、G 兩對夫妻則屬單純之夫妻關係衝突。
對家庭活動的看法及感受不同		✓				
生育議題			✓	✓		
關係衝突的處理態度				✓		
玩笑的拿捏					✓	

參、 討論

五對夫妻之衝突議題當中，A、C、D 對涉及了原生家庭系統的因素，特別是 A、C 兩對，為直接由夫之原生家庭因素所引起之夫妻衝突，這三對夫妻所討論之議題本身，即可視為傳統華人文化影響下所出現的衝突議題，背後隱含的文化概念分別為「孝順」、「對家族的照顧」、「傳宗接代」。此現象呼應了利翠珊(1995)之研究所指出，台灣現代社會的年輕夫妻，仍然受制來自雙方家族的影響，使其在婚姻中的態度與行為常常亦反映了家族與文化的價值觀念；而這些家族價值觀念對夫妻的互動有相當深的影響。張思嘉(2001)亦提及，父系的家庭制度與家居安排、文化傳統對性別與夫妻角色的規範、原生家庭之家庭規則的差異，皆為影響新婚夫妻之婚姻適應的重要脈絡背景因素。

E 對夫妻為單純之夫妻關係衝突，雖然其衝突議題之一與 D 對夫妻同為「生育」，但 E 妻對孩子的渴望並非著眼在替夫家傳宗接代的妻子、媳婦角色責任，而是她希望成為一位母親，付出自己的愛，去享受、去經歷與孩子互動的種種過程，這樣的歷程會讓她的生命更為圓滿。此盼望並非來自傳統華人文化，反而比較近似於一種自我實現(成為一位母親)的追求，為其追求個人目標之自主決定；帶有夫妻軸家庭文化中個人取向、情感優先等運作特徵(楊國樞，1997)。也因其對生育之態度是如此積極，便與抱持「一切隨緣，無須強求」的 E 夫出現衝突。

G 對夫妻之衝突事件亦為夫妻關係衝突，但衝突當中夫妻雙方皆將過往之原生家庭生長經驗的影響，不自覺地帶進此衝突事件中；而其衝突議題本身與華人文化相關較不明顯。此反映了夫妻間因來自不同的成長背景、成長經驗，自然形成不同之價值觀念，並會對同一事物抱有不同之認知與感受，這些兩人之間的差異，若未經過足夠的協調與溝通，都可能在相處的過程中成為夫妻衝突的來源。夫妻既是親密的連結，又是兩個不同的個體，衝突總會在保持連結與展現差異間產生，成為夫妻關係中重要的學習，此為國內外夫妻衝突之研究皆曾提及的(洪雅貞，2000；高旭繁、陸洛，2006；陳秉華、林美珣、李素芬，2009；張思嘉，2001；楊國樞，1997；Rosenblatt & Rieks, 2009; Young & Long, 1998)。

第二節 夫妻在衝突協調初期之自我狀態

本節主要介紹五對夫妻於衝突協調初期之自我狀態，第一部分分別呈現五對夫妻之資料分析結果，第二部分為呈現五對夫妻之綜合資料比較，第三部分為討論。茲分述如下：

壹、 五對夫妻各自在衝突協調初期之自我狀態

在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法中，協調初期，夫妻先針對衝突議題進行一段平日對話，之後輪流表達各自在此衝突議題中的四個自我狀態（個人我、關係我、家庭我、社會我），並排出自我圖一（協調初期的自我圖），配偶針對其自我圖給予回饋。

研究者在此處首先呈現五對夫妻各自之衝突協調初期自我狀態，包括夫與妻分別之四個自我內涵及其四個自我之優先順序，並以圖示之。研究者需要特別說明的是：在每對夫妻的協調過程中，因先發言之一方所表達之內容，可能對後發言之一方的表達內容有所影響；故以下每對夫妻中，夫妻分別之自我狀態的呈現，將依夫妻在此階段之發言順序呈現。舉例而言：A 對夫妻在此階段是 A 妻先表達其四個自我狀態，並排出自我圖一，而後才換 A 夫表達，排出自我圖一；故將先呈現 A 妻之資料，再呈現 A 夫之資料。

一、 A 對夫妻衝突協調初期之自我狀態

（一）A 妻之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：其主要表達包括妻為小家庭所做的個人妥協，以及其對追求個人目標的嚮往。

A 妻自婚後在金錢使用上有了很大轉變，無法再為自己存錢或依個人需求支配所賺的錢，而完全將所得支付家用或歸為家庭儲蓄。此為妻為小家庭所做的個人妥協，而此妥協為她帶來委屈感。

A 妻亦感到「妻子」角色的弱勢地位，因而經常反思自己的需要與理想是否達成。因個人夢想的驅使及部分對其委屈感的補償，妻堅持去念研究所，完成自己的夢想，而非僅滿足先生或家庭的期待；然而，她仍有許多不安及顧慮，包括擔心婆婆的想法、學費影響家中積蓄等，因此她再做出「一邊工作一邊讀書」的妥協，此妥協對她是很大的挑戰，也同樣再為她帶來委屈感。

2. 關係我：A 妻在「關係我」的表達包含兩個部分，一將為兩人共組的「核心小家庭」放在此處談論，二為單純的「夫妻關係」。前者主要談及妻對核心小家庭的維護與付出；後者則包括妻在關係中的感受及對夫的期待。

A 妻對核心小家庭的維護是影響其在此衝突議題立場的主要因素。A 妻自婚

後在金錢上的規劃都以核心小家庭為優先考量，她談及自己對核心小家庭在經濟上的付出，包括與夫從零開始打拼、一同負擔家計等，她希望小家庭的經濟狀況更穩定，並為未來多存錢，但一直未達到期待的存錢標準而備感壓力。妻盼夫也能在核心小家庭的維護上多盡心力，亦期待婆婆能意識到家庭組成已改變，能多為他們的小家庭著想。妻亦感受到夫可能覺得自己（妻）過於計較，多次強調她是以「關係」為出發點，而非為了自己。

在夫妻關係方面，針對此議題，妻對夫有許多不滿與無奈，包括：她向夫提出「去瞭解婆婆金錢使用情形」之要求，夫卻遲遲無行動；夫總以「沒辦法」的態度回應她對金錢的煩憂；夫對婆婆縱容溺愛而讓她承受經濟壓力等。妻亦提及夫在婚前並未想到未來要讓另一半過比較好的生活，而將許多錢花在自己與婆婆的生活享受，使得婚後她必須與夫從零開始，一起買房買車，此讓她感到相當疲累委屈。妻期待夫能夠體諒自己（妻）的付出及妥協犧牲，更為她著想。在此議題以外，妻覺得夫其實對自己（妻）很好，兩人過得幸福知足。

3. 家庭我：A 妻將家庭我分為兩人共組的「核心小家庭」及以婆婆為主要互動對象的「夫家庭」；前者與上述關係我的表達內涵相重疊，後者之主要表達則包括妻對孝順的看法、兩人對婆婆的付出、及媳婦角色的複雜感受。

在妻的家庭我概念中，是將「核心小家庭」與「夫家庭」加以分隔的，其中「核心小家庭」為優先主要的地位，「夫家庭」則為附屬次要的地位。

「夫家庭」的部分，A 妻認為兩人在經濟上對婆婆的照顧已相當足夠，甚至超過其實際所需，對核心小家庭資源已造成一定程度的影響；而她認為孝順的方式並不在於給很多物質享受，更重要的應是心靈的關心。妻表示自己並非反對給婆婆零用錢，而是認為應以符合其實際需要的金額來給予，且應去瞭解婆婆用錢情形中不合理或異常之處。此外，妻亦談到身為媳婦角色的複雜感受：她一方面高興婆婆因經濟無虞過得開心自在，但一方面亦對婆婆有不夠為小家庭著想、不夠珍惜、用錢情形令人擔憂等抱怨；一方面覺得婆婆給自己的壓力算小，但一方面仍感受到婆婆對自己傳統媳婦角色的期待；她亦擔心自己在此衝突議題上被婆婆誤解，認為她要打探隱私，或是因她要讀研究所才減少其零用錢。

4. 社會我：妻認為其在此衝突議題上較不受社會我影響。

A 妻認為兩人已盡到孝順義務，無社會輿論或他人眼光的問題，故覺得「社會我」因素對此衝突議題的影響並不大。

5. A 妻四個自我之優先順序：

A 妻所排列的自我圖一中，將「關係我」置於首位，表示其一直把夫妻關係與核心小家庭視為最優先考量；「家庭我」因在此階段排列時被妻視作「核心小家庭」，故表示位置與關係我接近，為第二順位；「個人我」為第三順位，意指個

夫單純對夫妻關係的重視及照顧則表現在擔心妻被母親誤解、對夫妻關係的肯定、以及開始正視妻對母親用錢的擔憂及承受的經濟壓力，後者為夫在此階段即已出現的改變。

3. 家庭我：主要表達以「盡孝道」為最核心，包含了觀念、情感、行為、反省與期許等層面；其他則包括了對家庭的付出及對家庭經濟狀況的認知。

A 夫之「家庭我」為影響其在此衝突議題立場的主要因素，其中又以「盡孝道」為核心。夫自述其傳統家庭觀念重，在單親、獨子的家庭背景下，有身為兒子的角色責任。他亦感念母親長久以來的辛勞，希望能以提供無虞的經濟生活來回報母親，表達對母親的愛與感謝；在母親有生之年多所順從，滿足其所需；若因孝順而讓妻受到委屈，對他而言也是為人子女應有的犧牲。他亦談到自己長久以來不習慣與母親親近互動，自省未扮演好兒子角色，對母親不夠關心瞭解，期許自己與妻能對母親有更多心靈層面的照顧，也期待妻能將其原生家庭中與母親的互動模式帶到夫家，讓兩人都能與母親更親近。

在家庭經濟方面，夫自認在金錢提供上與妻一樣盡心，也與妻一樣都因結婚而在金錢使用方式上有所改變，甚至自己在物質上已幾乎無所求，一切都以家庭需要為考量，因而對於妻自認做出許多犧牲妥協的說法較難以認同。而另一方面，夫亦表示因家庭積蓄一直以來是由妻在打理盤算，儲蓄與金錢規劃的壓力都由妻在承擔，在聽完妻四個自我的表達後，夫的想法已經有些改變，知覺到自己要重新衡量家中的經濟狀況，思考是否調整母親零用錢，以及思考長期的財務規劃安排，此為 A 夫在此階段即已出現的改變。

4. 社會我：夫認為其在此衝突議題上較不受社會我的影響。

A 夫認為盡孝道並非為他人眼光或讚許而做，故覺得「社會我」因素對此議題的影響不大；只是在盡孝的同時，可能會得到別人認為兩人很孝順、很大方等附帶的「社會我」滿足，但既非為此而做，也不會主動向別人說。

5. A 夫四個自我之優先順序：

A 夫所排列的自我圖一（見圖 4-2-2）中，將「家庭我」置於首位，意指其在金錢議題上最重視母親需要及孝道表達；「關係我」為第二順位，在排列位置上僅較「家庭我」稍後，表示其對夫妻關係亦相當重視；「個人我」為第三順位，亦是其最後順位，且與前兩個自我間隔一段距離，強調自己一直將個人需求置於最後；「社會我」因夫自認幾乎無影響，故置於一旁未排列。

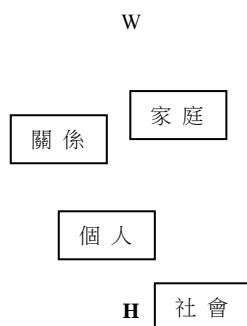


圖 4-2-2 A 夫的自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

二、 C 對夫妻衝突協調初期之自我狀態

(一) C 夫之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：無表達出獨立內涵，皆與「家庭我」相連。

C 夫之「個人我」與「家庭我」難以劃分，在「個人我」位置所談及的喜好、期待、感受，皆經催化員與 C 妻反映屬於「家庭我」內涵，包括：個人喜歡凝聚家人的情感、期望營造支持溫暖的家庭模式、父親過世後親戚給予他許多力量、從回報親戚的過程中得到快樂等；若去掉家庭因素，C 夫想不出其他個人需求，他覺得只要能讓家人（大家庭）與妻開心，自己就會開心，亦能從中獲得成就感，這樣已經算是照顧到他的需要了。

2. 關係我：其主要表達包括與妻相處的感覺、對夫妻關係的期待、及對夫妻關係的照顧（婚後所做的調適）。同前項，其「關係我」的表達內涵亦與「家庭我」多所相連。

C 夫自認對「夫妻關係」與「家庭」一樣重視。在提及與妻相處的感覺時，夫覺得兩人在一起一直都很快樂甜蜜，妻對夫很好，夫很享受於兩人關係；對夫妻關係的期待包括了「潛意識中」〔SCH182-03〕希望可以有很多兩人相處的時間和空間，不受家庭的羈絆，以及自我期許能將夫妻關係經營好，帶給妻快樂，自己亦能從中得到成就感。然，夫之「關係我」與「家庭我」亦出現難以劃分的情形，夫雖表示與妻相處的感覺很好，但與妻獨處並感到快樂時，便會掛記起母親而覺得自己自私，「潛意識中」〔SCH182-03〕期待與妻有更多獨處空間，但仍表示有無法拋卻的家庭責任。

面對催化員及 C 妻反映其「關係我」與「家庭我」亦難劃分，C 夫表示，過去他一直以為妻子就是整個家庭的一份子，在他照顧家庭的同時也就照顧到了

妻；直到婚後，這樣的想法漸漸受到衝擊，發現妻想要的快樂並不是來自於大家庭同樂的快樂，也意識到「家庭」與「夫妻關係」有時是需要區隔、無法兼顧的。因為意識到了這點，夫其實已有在調適與改變，多分時間給妻、為妻割捨部分家庭活動、並為妻與家人溝通，夫希望妻可以看到他已為照顧夫妻關係做的努力。

值得一提的是，夫在表達上述所做的調整時，皆強調是「為妻而做」，因為對他本身而言是可以透過家庭活動滿足「關係我」需要，不需劃分的。例如他說：

「我覺得既然妳很重視，家裡那邊我自己會跟他們做溝通的橋樑嘛，多一些時間在我們兩人獨處的空間，其實這些都是受到妳的影響啊，因為我自己是覺得說可以一起，我自己是沒差。」〔SCH179-02、SCH179-03〕

3. 家庭我：其表達主要包括對家庭觀念的重視、背負的家庭責任、及對家人的情感。

C 夫的「家庭我」為影響其在此衝突議題立場的主要因素。C 夫自述其家庭觀念重，認為盡孝道、重倫理、維持家庭和樂等都是天經地義的、正確的價值觀，其自身即是在父母這樣身教言教的耳濡目染下長大，因此從小就希望自己將來也能為家庭、為下一代營造出這樣的環境氛圍，做一個好的教育與承傳。也因此，夫自許有凝聚家人感情、讓家庭和諧快樂的責任，在生活與情感層面都願意為家人盡心盡力付出，自己亦能從中得到成就感和快樂。C 夫對家庭觀念的重視亦影響其婚姻觀，認為家庭為婚姻的基礎，有和諧的家庭關係才能發展良好的夫妻關係，家庭的和樂氣氛能夠增進夫妻情感，家庭活動的參與能增加夫妻相處的話題，希望妻能融入夫的家庭，感受到來自夫家的快樂。

在對家人的情感層面，夫給予母親許多關心和照顧（妻形容為「無微不至的照顧」〔SCW173-02〕），平日陪母親聊天，和妻單獨出去時會因記掛母親而打電話回家，或在遇到好玩、好吃的東西時，會因無法與母親共享而覺得遺憾或自私。對於其他親戚，除從小一起相處的情感外，夫亦感念青少年時期父親過世後，親戚給予的許多溫暖支持，因而對他們始終懷著回饋的心情，回饋的同時也為自己帶來快樂。

4. 社會我：主要為其對傳統社會文化價值觀的認同，而形塑出其內在根深柢固的家庭觀，C 夫亦將此回歸到對「家庭我」的重視。

在社會我的部分，C 夫認為孝順、重視家庭觀念、倫理道德等都是符合社會價值的正確觀念，且這些社會價值觀已內化為夫自身的價值觀，使夫覺得這些都是自己認為要這麼做，其關注的是家庭，而非在意社會眼光或滿足社會期待；也因如此，C 夫自認受「社會我」的影響較小，其想法及行為表現皆是來自對「家庭我」的重視。他說：

「不會不會，我不會因為他們（社會大眾覺得要做什麼），我是自己認為要

這樣子的。」〔SCH157〕

5. C 夫四個自我之優先順序：

在 C 夫所排列出的自我圖一（見圖 4-2-3）中，同時將「關係我」與「家庭我」置於第一位，表示自己對夫妻關係與家庭一直保有一樣的重視程度；第三順位為「社會我」，但與前兩個自我相隔甚遠，後退了「兩個層級」〔SCH236〕，認為其影響較小；「個人我」再比「社會我」稍後，為其第四順位，意指其最不重視個人需要。

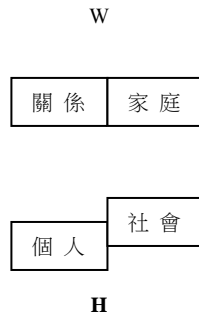


圖 4-2-3 C 夫自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

（二）C 妻之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：其表達主要包括了原本個性中對個人需求的重視，以及透過此階段步驟對其「個人我」的新發現。

C 妻對個人需求及感受有一定程度的重視，自述其原本個性就喜歡自由自在、不受拘束，亦需要個人的時間與空間，但夫家頻率過高的家庭活動不僅剝奪其個人時間，在家庭活動中妻亦感到如同應酬般的不自在，不能展現真實的自己，而要順應著大家的狀態及自己的角色成為一個「明理人」〔SCW167-08〕，因而對家庭活動有反感。

當妻做出更多表達時，她發現即使自己一直很強調個人自由，但在夫妻關係中，個人自由只是當她得不到與夫兩人相處的時光，又不想勉強自己投入剝奪兩人時光的家庭活動時，才出現的選擇。妻稱之為一種「藉口」〔SCW187〕或「退路」〔SCW477〕。此發現對妻本身是重要的覺察，對夫而言亦是很大的澄清。

2. 關係我：其表達主要包括在夫妻關係中的感受、夫妻關係中的期待和需要、及對夫的照顧。

「關係我」為妻最看重的自我，是影響其衝突議題立場的主要因素，並對其「個人我」與「家庭我」的拿捏取捨皆有重要影響。

妻在夫妻關係中的感受可分為「兩人相處的感覺」及「此衝突議題下對夫的不滿」。妻喜歡與夫兩人相處，因她可以呈現出真實的自己，自在的與夫互動，也能完全被夫所關注，兩人相處所帶給妻的快樂和滿足更勝過一個人不受拘束的感覺；也因此，妻期待夫能多分時間給她，她需要「全然的兩個人在一起」〔SCW180-01〕，亦希望在夫心中，兩人關係是排在最優先的地位。她認為兩人關係才是夫妻最基本的狀態，不接受夫認為夫妻關係的發展須以家庭和諧為基礎的說法，對夫投入過多時間經營家庭關係感到不滿，亦不認同夫認為家庭活動即可兼顧與妻子的相處，覺得自己是「被剝奪的」〔SCW185〕，是被夫「附屬在家庭我下」〔SCW126〕的。而她面對「關係我」得不到滿足的因應方式，則是選擇自行退回「個人我」的位置，尋求自我滿足。

妻對夫的照顧主要呈現在因顧及夫之感受，而在「家庭我」部分做出努力，見下點「家庭我」內涵，此略。

3. 家庭我：C 妻所指「家庭」為夫之家庭。其表達主要包括了對夫家庭有限度的重視、感受到來自夫的期待、以及對家人眼光的在意；特別的是，此三者皆為夫帶給妻之影響。

C 妻對「家庭我」的重視是基於瞭解到家庭對夫的重要性，因而去照顧夫的感受及夫在「家庭我」的需要。妻感受到夫對她在「媳婦角色」及「對家庭投入程度」上的期待，而她可做到的程度，一為不去限制夫對家庭的照顧或參與，二為有限度的配合夫投入夫家庭，例如重要的家庭活動會參與、回夫家時會依夫的提醒去做家事等；在她的標準裡，認為兩人都做到六十分就已經夠了，但夫的標準卻在一百分，自己達不到夫的標準，至少要做到不去限制他。妻表示她也會在在意家人的眼光，而要求自己在與家人相處時表現出合於自己角色的言行，但這些都是夫帶給她的，因為夫會告訴她什麼行為表現是不好的，使她無形中內化了這些標準與期待。整體而言，妻對「家庭我」的在意幾乎皆來自夫的影響，是出自對「關係我」的重視才去在乎的，而非妻原本即在意、重視。

4. 社會我：C 妻所受的「社會我」影響小。

C 妻表示自己原本個性就比較不受「社會我」影響，夫亦在旁附和「她才不管社會」〔SCH312〕、「她是不管社會輿論的」〔SCH313〕。

5. C 妻四個自我之優先順序：

C 妻在自我圖一的排列中，先後排出了兩種不同的排列方式，其一為「內在真正的排序」（見圖 4-2-4 中「C 妻自我圖一-1」），其二為「表現出來的排序」（見圖 4-2-4 中「C 妻自我圖一-2」），她表示自己有此兩種不同的內在狀態，是透過

孩的，但認為生育之事非自己能夠控制。妻因經歷之前流產事件，對生育抱有複雜的感受，之後每月生理期到來，感受到期待的落空，對自己能否再次順利懷孕生子感到擔憂。她亦對天生體質懷孕不易感到委屈自憐、對自己尚未有小孩感到挫敗，亦覺得自己不夠努力而自責（如：別人介紹的藥方沒有吃、沒有去醫院作檢查、不喜歡運動等），而她也提到，若命中注定沒有小孩，那就看開就好，偏偏不曉得，所以不知要承受這樣的折磨多久，顯示出她對未知命運的無力與無措。

妻亦出現部分自我肯定的聲音，覺得自己已經做得很好，也努力在改善體質，是自己過於苛求自己。她期許自己能夠更自我肯定，不要因此事影響自己原有的生活。

2. 關係我：其表達包括對現有夫妻關係的肯定及生小孩對夫妻關係的影響。

D 妻在「關係我」的表達甚少，僅表示她覺得兩人現在關係很好，有小孩後反而可能影響兩人關係，變得沒那麼好，因為將會有較多的關注從彼此身上轉移到小孩，且有了小孩後，還有許多後續的問題與考驗需要兩人去面對。

3. 家庭我：其表達主要即為來自家庭的生育壓力。D 妻承擔並相當看重家庭所賦予的生育期待。

「家庭我」為 D 妻在生育議題的主要關注。妻在此議題上承受了來自家庭的關心，對其造成心理壓力。一來夫為家中獨子，使她背負著為夫家傳宗接代的角色責任，二來生育的「時間到了」〔SDW154〕，也讓她頻頻被催促或關心是否懷孕；此壓力不僅來自夫家，亦有部分來自娘家，妻的外婆與母親亦將「應替夫家傳宗接代」的期待與責任放在妻身上，對妻尚未懷孕多所關心。對於兩邊家庭的期待，妻本身相當看重，平常時日之壓力感受還好，但遇到過年過節，需面對家人的關心與詢問時，就會感覺到較大之壓力。

4. 社會我：其表達主要包括來自社會的生育壓力、面對此壓力的情緒感受、以及對自己的期許。

「社會我」同樣為妻在生育議題的主要關注。妻在此議題所承受的社會壓力，大致可分為同事的言論、社會比較、同事的關心、社會情境四方面的壓力來源。在同事言論方面，妻承受了一般人對結婚女性的角色期待，認為女生結婚兩三年，或到了生育年齡就應該要有小孩；社會比較方面，則是看到與自己同時期結婚的同事都已有小孩，而覺得自己與別人不一樣、自己的婚姻「不正常」〔SDW179〕；同事的關心詢問或打氣亦讓妻感到壓力；且現在只要有同事懷孕、請吃油飯，都會提醒她前一次流產的傷痛經驗。

面對來自社會的壓力，妻所引發的情緒感受包括了社會比較帶來的挫敗感；同事談論或詢問帶來的厭煩感、壓迫感、甚至氣憤不平；以及被認為過瘦、體質不佳的被指責感。她期許自己不要讓他人的看法影響自己的生活、不要與他人比

較，但實際上仍然相當在意。

5. D 妻四個自我之優先順序：

D 妻所排列的自我圖一（見圖 4-2-5），將「家庭我」與「社會我」並列於第一位，表示自己很在乎別人的期待，包括家人及社會上的其他人；「個人我」雖為其第三順位，但與前兩個自我相隔甚遠，表示自己在此議題上相當不重視自己的聲音，即使是喜歡小孩的，但迫切想懷孕的心情是來自家庭及社會壓力；「關係我」為其第四順位，妻覺得有了小孩可能反而影響夫妻關係，並帶來後續問題，但她仍然希望懷孕，「關係我」的影響力微弱。她說：

「...生小孩這件事，應該是這樣...我比較會把那個，社會期待放進來，然後比較...不預期自己...我是喜歡小孩子的，可是，嘖...這個東西【手指家庭我與社會我】給我壓力太大了...」〔SDW213-02、SDW213-03〕

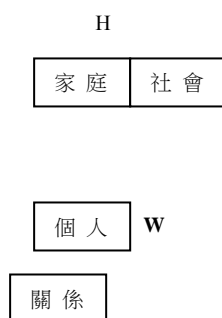


圖 4-2-5 D 妻自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

（二）D 夫之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：其主要表達包括了對生育的態度及個人現階段目標。

「個人我」為 D 夫在此議題上的主要關注。D 夫對生育始終抱持著可有可無、順其自然的態度，既不認為生孩子是一個必然要達到的目標，也就不認為需要刻意做什麼努力，包括：旅遊放鬆、身體檢查等。夫亦提到他對現有的平穩生活已感到很滿足，現階段的關注在於自己生涯上的發展，想把力氣花在個人特質潛力的發揮，對生育之事不做無謂的擔憂，不去多想，也不去背負任何外來的壓力。

2. 關係我：其主要表達包括對兩人生活與夫妻關係的重視、對妻的重視與擔憂、及在夫妻關係中承受的壓力。

「關係我」亦為 D 夫在此議題上相當看重的自我。他表示自己重視兩人的生活品質與關係品質勝於有沒有小孩，生育為兩人之事，既無須對他人回應，也不應為了他人的期待而改變自己核心小家庭的情況。面對妻對生育議題的關注，夫擔憂妻的壓力過大，亦擔心妻為了生育反而做一些對自己健康有傷害的事（如：吃他人建議的藥方），他表示自己重視妻的情緒、生活、健康狀況也勝於有沒有小孩，亦提到自己在此議題上的壓力，其實是來自於妻承受壓力的情形，以及妻面對壓力的反應。

3. 家庭我：主要表達為其面對原生家庭之期待的態度。

在「家庭我」的部分，夫知道家人對他有傳宗接代的期望，但他本身對於這種未知的事情是不予承諾的。夫表示自己重視的是實際的層面，像是父母或兄弟姊妹的生活現況、經濟狀況，他就覺得有責任去關注或承擔，但對傳宗接代的責任則較不重視，自己也不認為需要一個小孩來繼承或延續些什麼。

4. 社會我：幾乎不受「社會我」所影響。

D 夫不理會社會期待，認為社會比較是無止盡且無意義的，不會因他人期待或與他人的比較而影響自己想如何過生活的權利。

5. D 夫四個自我之優先順序：

D 夫所排列的自我圖一（見圖 4-2-6）中，「個人我」為其第一順位，表示現階段最重視個人的發展而非生育議題；「關係我」為第二順位但與「個人我」相當接近，表示夫對兩人關係及妻之狀態的重視亦大過生育議題；「家庭我」為其第三順位，與前兩個自我有一小段距離，表示其對原生家庭期待的重視程度有限；「社會我」則被排在第四，且已退到夫所坐位置之後，顯示其相當不在意社會因素的影響。

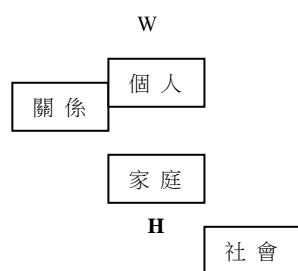


圖 4-2-6 D 夫自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

四、 E 對夫妻衝突協調初期之自我狀態

(一) E 妻之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：在生育議題上，主要表達包括了其對生育的態度、對自身角色的期待、及來自個人狀態的生育壓力；而在關係衝突的處理態度上，則以強烈的個人需要為主要表達內涵。

「個人我」為 E 妻最看重的自我，是影響其在衝突議題立場的主要因素。在生育議題上，妻示自己「非常積極想要小孩」〔SEW018-01〕，主要原因在於她對自身生涯角色的期待—渴望成為一個母親。她覺得這是一種自然流露的母性，她喜歡小孩，覺得小孩能帶給她沒有遺憾的人生，而母親角色就是了不起、令人尊敬，她希望能經歷這一切。因妻非常急切地想生育，所以主要的壓力源自於自己；造成壓力的主因，在於她覺得自己年紀較大，擔心高齡產婦在生育上的危險性及未來教養孩子的體力狀況。

妻的個人需求強度甚高，希望一切事物都盡可能地照著她的規劃進行，若未能如此，就會讓她出現憤怒與抱怨。因而在夫妻關係中，當衝突發生時，妻對自己所持立場總是相當堅持，不輕易退讓，且期待（要求）夫要做到完全的、主動的配合；一旦夫在過程中出現不同的聲音，使妻感受到其個人需求可能無法達成，就會更擴大「個人我」的強度，而忽視夫可能已經做出的退讓或妥協。妻對自己強度高的個人我是有覺察的，表示「我感覺那個（個人我）很強硬，我就是要」〔SEW118〕、「那個我（個人我）的需求很高」〔SEW119-01〕。

2. 關係我：其主要表達包括了小孩對夫妻關係的影響、以及妻對夫妻關係、對夫的期待。

E 妻對小孩的渴望亦有來自「關係我」的原因：她認為小孩能讓夫妻關係更完整、更如親人般的密不可分，也會為夫妻關係帶來不同的感受。她想與夫創造除了情人的親密外，另一種形式的親人關係。

妻對於擁有一個好的夫妻關係有很高的期待，但要如何達成期待，妻對夫的要求與期許多過於對自己。在兩人的相處中，妻希望夫能配合她的個人需要（表達上幾乎是強烈要求：「你就是要配合我」〔SEW076-01、SEW076-02〕、「你【手指夫】就是要配合我【手指自己】，沒有第二句話」〔SEW077〕），也希望夫能將夫妻關係置於最優先的地位，是最特殊的、無人可介入的，勝過夫與其他任何人的關係。

3. 家庭我：主要表達為妻理想中的核心小家庭圖像，其次則為婆婆（夫家）對生育之事的態度，以及妻對婆婆之回應。

E 妻有一個理想中的核心小家庭圖像，那是一個有孩子的家，充滿著與孩子互動的樂趣及奇妙感受，一家人如同一個圍起來的圓圈般圓滿、緊密、無缺。妻

認為有孩子讓家庭更完整、更快樂，此為其渴望生育的「家庭我」原因。

因其本身非常渴望小孩，相較之下，她感受到來自夫家的壓力不大，僅在有親人詢問此事時才有壓力之感。妻表示她能感覺到婆婆對此事的關心，但覺得婆婆的角色拿捏很好，即使心裡有期盼，不願表現得很著急，讓媳婦感受到壓力；妻也覺得婆婆與自己心意相近（意指都希望她生育），而願意與婆婆談論此事，跟婆婆抱怨夫太忙、回家太晚，影響其生育計畫；妻表示自己的心態一方面是想讓婆婆瞭解兩人狀態，另一方面也是想要「脫罪」〔SEW095-07〕，讓夫家知道此事夫也有責任，兩人尚未有小孩不能怪她。

4. 社會我：主要表達為來自社會我的生育壓力及其壓力反應。

在生育議題上，E 妻有部分因社會比較而來的壓力，當聽到身邊朋友懷孕，會出現「為什麼就不是我（懷孕）」〔SEW100-03〕的怨懟心情；妻亦會受社會眼光影響，面對他人詢問或關心會有心理壓力，在意別人如何看待她年紀已大卻還未懷孕；而妻亦會用此點來「攻擊」〔SEW100-02〕夫，在爭吵時對夫說出類似「反正你覺得我不夠老，我就等四十歲再生沒關係」〔SEW066〕這樣的反話。

5. E 妻四個自我之優先順序：

E 妻所排列的自我圖一（見圖 4-2-7），將「個人我」置於第一位，表示自己「個人我」的需求很高，無論是生育議題或兩人關係衝突的處理，都希望夫能夠配合她；「關係我」為其第二順位，意指其亦相當重視兩人關係，並希望孩子讓兩人的關係更緊密；「社會我」較「關係我」稍退，為其第三順位，表示自己還是很在意生育議題上的社會比較；至於「家庭我」，妻覺得自己受夫家庭壓力的影響較小，但對理想中的核心小家庭圖像則相當渴望達成，因不清楚該視何者為「家庭我」定義作排列，故暫置於最後。

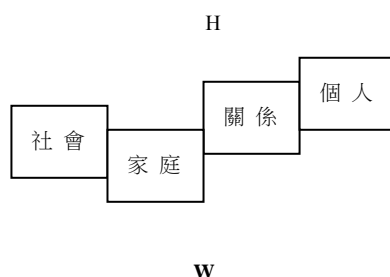


圖 4-2-7 E 妻自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

(二) E 夫之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：其主要表達包括夫對生育的態度、夫的個人我需求、以及關係衝突中將個人我需求置後的選擇。

E 夫對生育抱持著隨緣的態度，認為「該你的跑不掉，不該你的強求也沒有用」〔SEH093-02〕，也表示不管哪一個自我都不會影響到他要或不要小孩；不只是生育，夫對很多事情都抱持著不用強求的想法，因為「現實的狀況其實是無法盡如人意的」〔SEH093-03〕。

夫也有其個人需求，包括個人自由、交際需求、或休閒需求等，但當兩人發生衝突時，這些需求最終都會被夫放到夫妻關係的考量之後，以維護夫妻關係的和諧為先。然而，當他發現「個人我」的退讓仍無法改善夫妻關係時（詳見下述「關係我」內涵），就會因挫折沮喪而浮現「一個人(指單身)也不錯」〔SEH079-06〕的想法，覺得至少這樣不會因要照顧對方而侷限了自己的需要。

2. 關係我：其主要表達內涵有二，一為盡力創造好的夫妻關係，二為對夫妻關係的挫折失望；其他表達包括在夫妻關係中的期待及感受。

E 夫希望盡力「創造好的關係」〔SEH087-01〕，面對妻強度高的個人需求，願意調整自己以成就夫妻關係的和諧，避免關係中的不愉快。對此，E 夫認為單身與結婚是不同狀態，本來就需要做調整，不願說成是犧牲，且有一套自我說服的說法，例如：「妳是我的菩薩，要來成就我、考驗我」〔SEH109〕、「我上輩子欠妳的，這輩子要還妳」〔SEH120-01〕；然而，當他發現即使他已經調整了自己能調整的部分，夫妻關係卻依然沒有改善，或是同樣的困難與爭執一再重複發生，沒有找到一個協議的辦法，就會對夫妻關係感到挫折、對重複的爭執感到不耐煩，並對婚姻有所失望，覺得「結婚好像沒有比較好」〔SEH079-07〕。夫對夫妻關係的期待，在於關係和諧、雙方在當中有所成長，也希望每天回到家後能有一個比較舒適、放鬆的環境，而不是回家還要起很多的爭執。

因 E 夫會為了照顧夫妻關係或配合對方而放棄個人需要，所以在婚姻關係中感覺自己受到束縛與牽絆，特別是在上述對婚姻感到失望的時候。

3. 家庭我：主要表達為在生育議題上瞭解母親的期待，但未感壓力。

E 夫在「家庭我」的部分表達不多，他表示知道母親想要有個孫子，但並未給予壓力或催促，他覺得在生育議題上雙方家庭給他的壓力都不大。而相對於妻有其理想的家庭圖像，夫則對此較無想法，但表示他並不認為有小孩才是一個比較完整的家。

4. 社會我：較不受社會我影響。

E 夫認為無論是其對生育的態度，或是在此衝突事件中，他選擇回家而拒絕

了朋友邀約，其想法與決定皆不受「社會我」影響。夫表示自己只有在面對工作時，才會在意成就地位與他人評價，但認為在意才會有進步。

5. E 夫四個自我之優先順序：

E 夫所排列的自我圖一（見圖 4-2-8）中，「關係我」置於首位，「個人我」次之，表示自己希望夫妻關係是好的，所以願意將「關係我」往前放，調整自己的個人需求。而無論是生育議題或兩人的衝突處理，夫感受到「社會我」與「家庭我」的影響皆不大，將「社會我」置於第三位，「家庭我」置於第四位（對此順序無作特別說明）。

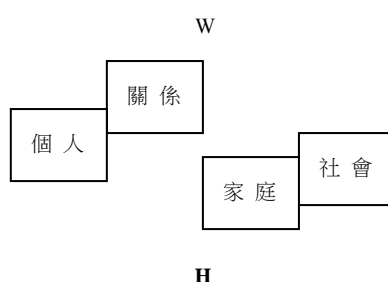


圖 4-2-8 E 夫自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

五、 G 對夫妻衝突協調初期之自我狀態

（一）G 妻之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：其主要表達包括在事件中的個人我情緒感受，及其不同於平日的自我樣貌展現。

G 妻表示在此衝突事件中，她原自認展現出了一個幽默、聰明、有情趣的自己，也懷抱著如小孩子般的遊戲心情，感受到一種不同於平日壓抑自我的快樂。平日的她少有突顯其「個人我」樣貌的行為表現，她自認是一個會替別人著想的人，且不太清楚自己單純的「個人我」樣貌為何，因已與社會標準、他人期待有高度的結合。

然而，當她難得的自我展現被夫指責為「用刺傷他人來覺得好玩」〔SGW014-05〕時，她感到難過委屈，因這樣的指責讓她覺得「這不是我」〔SGW034-02〕。妻亦表示雖然在事件中與夫的對話呈現出較多的「個人我」，但其內在真實的想法並非如此。

2 關係我：其主要表達包括妻為增進親密關係所做的努力、兩人間的性關係問

題、及衝突事件中的諸多關係我情緒感受。

在此衝突事件中，G 妻真正最在乎的為其未說出口的「關係我」聲音—妻與夫遊戲，是因為想增進兩人的親密關係（主要指性關係）。妻提到性關係一直是兩人之間很大的問題，原因出在妻本身對性放不開，妻欲為改善此問題做努力，從書上看到可透過遊戲的方式來增進親密，一時興起想嘗試看看。然而嘗試的結果卻適得其反，不但未增進關係，反而造成衝突、惹夫生氣，帶給她相當大的挫折與自責，同時也感到委屈，更因夫的責怪出現許多自我貶抑的聲音，其本意也因關係已弄糟而更無法說出口。例如她說：

「我很努力想要維持我們之間很好的關係，可是我好像都做不好【哽咽語氣】，我以為是好的方式，加分的方式，每次好像都做得很糟糕，就像我覺得可以在玩遊戲當中增加親密的關係，可是怎麼搞的，就變成是我刺傷了你，我沒有成長【嚴重哭泣】，...(略)，我很在意你說要有親密關係，我很努力要去做啊！怎麼搞到最後都是我做不好，我做錯了，我想要把它變好，又被我弄得更糟糕了，更壞了。」〔SGW046-01、SGW046-02、SGW046-04〕

然而妻表示，即使在此次衝突事件中受挫，她依然願意為擁有好的夫妻關係繼續努力，若只顧自己的感受與生活，她並不會快樂；既然已選擇了兩個人的生活，就不想再回到一個人的孤單感受。

在此衝突事件中，妻內心其實有一些對夫的看法、期待、甚至不滿，但她無法直接說出，而是藉由舉朋友的相似經驗來表達，見「社會我」內涵，此略。

3. 家庭我：主要表達為過往原生家庭經驗對兩人親密關係的影響。

G 妻回憶過去的原生家庭經驗，表示父母間的親密關係一直都不好，自己與父親間的親密關係亦不好，妻認為這些可能都對她現在與夫親密關係的發展有所影響。妻亦提到，她與夫兩人的原生家庭中，父母關係皆不理想，她期待能與夫建立不同於雙方父母的親密關係。

4. 社會我：主要表達為對他人婚姻經驗的參考，及對照到個人經驗後的想法感受。

G 妻表示自己常會參考周圍朋友的夫妻相處事例，作為自己與夫之關係的對照，有時看到別人所發生的衝突，會讓她覺得至少不用對自己太自責或擔心，因為「別人也是這樣子」〔SGW048-02〕。在此衝突事件中，妻提到一個朋友與她分享過的相似經驗，藉此表達出她認為 G 夫與朋友的先生一樣，太理性、無趣，才會把一件好玩的事變成衝突，這不完全是自己的錯。她期待夫能在兩人關係中更幽默有趣，不要這麼不解風情。例如她說：

「我聽到別人說的，就會（對夫）有點批判，覺得○○（夫名）真是太理性了，理性到真的是無趣，才會毀了我們之間好玩的關係，也不是都是我（的錯）」

啊！」〔SGW048-04〕

「你跟我說狡辯就是不好的，可是我心裡想，你要看我的語氣和表情啊！如果我是很可愛的說『你是狡辯啊』【笑鬧語氣】，跟我說『你真是會狡辯』【堅決語氣】是不一樣的啊！我想跟你說，你能不能不要這麼理性，不要像別人一樣嘛！不要像我聽到別人的先生那樣不解風情。」〔SGW049-02、SGW049-03〕

5. G 妻四個自我之優先順序：

G 妻的自我圖一（見圖 4-2-9），將「個人我」置於第一位，「關係我」置於第二位，而特別的是妻做此排列是以夫的觀點出發—夫認為妻為了自己好玩而刺傷了他；換言之，妻所排列的是她認為夫眼中的自己。「家庭我」對妻之影響在於與夫的性關係問題，非引起衝突的直接原因，置於第三位；「社會我」則是在衝突發生後，妻所想起的他人經驗對照，亦並未對衝突有直接影響，置於第四位。關於其「個人我」，她說：

「為什麼會把個人我放在最前面，因為那時候○○（夫名）很不高興，跟我講說，『妳看妳都是從妳自己...，妳都是用刺傷別人的，而不是說自己，妳的好玩就是妳好玩啊！妳用刺傷別人來成就妳的好玩。』」〔SGW053、SGW055〕

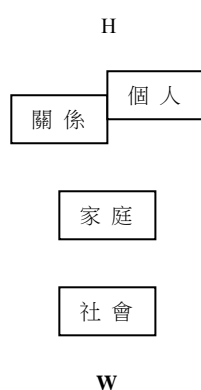


圖 4-2-9 G 妻自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

（二）G 夫之四個自我內涵及其四個自我優先順序

1. 個人我：主要表達為夫主觀感受到其個人遭受的批評，及由此出現的生氣情緒，當中亦涉及夫對特定詞語的認知和解釋。

在此衝突事件中，G 夫覺得其個人受到妻一連串的批評，未被尊重。他先被妻指為「狡辯」〔SGW023〕，解釋了又不被接受，生氣了再被指為「惱羞成怒」

[SGW026]，彷彿是自己的氣度不夠，生氣情緒逐步被帶動而越來越強烈。夫亦認為在這些原因之下，生氣是自然的情緒，他應有生氣的權利。此外，在夫的個人認知中，「強辯」、「狡辯」、「詭辯」、「惱羞成怒」都是「很不好的詞」[SGH067-04]，故讓他覺得自己是受到負面批評而不僅是被開玩笑。

2. 關係我：其主要表達包括在事件中的關係我情緒感受、對妻的指責、內在矛盾、以及對夫妻關係的期許。

G 夫認為在此衝突事件中，自己的情緒及最後對妻出現的指責，是被妻逐步帶動才發生的。他覺得妻像「鬥牛士」，一直去撩撥牛（比喻為自己）的情緒，直到牛生氣，反過來把鬥牛士擊傷，這頭牛就被稱為「肇事的牛」、「闖禍的牛」[SGH014-01]；夫藉此比喻自己是被妻激怒後，再被妻指為惱羞成怒，而妻最後卻因夫的生氣情緒感到驚訝害怕，彷彿他連生氣的權利都沒有，這是不合理的。除了因覺得被妻批評而生氣外，夫亦因解釋不被接受而感到無力、委屈。

夫對妻的指責包括了認為妻未照顧夫的感受，及未做到關係中的基本尊重。就前者而言，夫認為自己在夫妻關係中會盡可能地去留意可能讓妻感到不舒服的訊息而加以避免，這是他對夫妻關係、對妻的照顧，但妻並未對他有同樣的照顧，反而用負面言詞開他玩笑，又未在過程中及早覺察他所釋放的不滿訊息，衝突才會發生，例如他說：「如果可以察覺到這些（不滿）訊息，它（衝突）也許就先停住了」[SGH068-05]；就後者而言，夫認為「不以虧別人的方式開玩笑」應是妻要知道的基本尊重，這樣的衝突「如果雙方互相尊重就不會出現」[SGH067-05]。兩種指責皆傳達了他認為衝突主要是因妻而起。

然而，除了對妻的指責之外，夫心中亦有矛盾之處，他明白妻能在他面前開玩笑，或做一些她在別人面前不會做的事，其實是夫妻關係中的一種「福氣」[SGH043-02]，因為這表示妻在他身邊感到安心。因此，他與妻說明，如果他當下的狀態不錯，或許可以承接妻的玩笑，但他也可能未領會玩笑之意而認真以對，或因個人狀態不佳而對此感到不悅。他認為在兩人的互動過程中，對彼此的行為可能會有自己的解讀，也未必會做出如對方預期的反應，他期待彼此都能夠學習去接受對方做出不同於自己預期的反應；他也希望，當他在互動中為自己的言行有所解釋、澄清時，妻能夠嘗試著去相信、接受他的說法。

3. 家庭我：其主要表達包括此衝突事件所受之家庭經驗影響，以及夫極力希望摒除家庭經驗對夫妻關係之影響。

G 夫提及家庭經驗在此衝突事件的影響：「狡辯」一詞是夫小時最常被父母責罵的用語，此次與妻的互動中，他承認自己多少受了過去經驗影響，讓他對這個詞有更負面的感受而「想太多」[SGH047-04]。他希望自己不會受家庭經驗影響，也以為自己不會，但發現影響還是存在，他原本希望家庭因素能不說就不說，但最後還是說出來。然而，夫仍強調他認為「狡辯」一詞本來就不好，不需要扯

到家庭經驗，依然是負向用詞，不該出現在兩人的對話中；他亦澄清，雖然他聽到這個詞時內心抽動了一下，但他的情緒是漸進的，是在妻不接受他的解釋及不斷開他玩笑中逐步攀升，最後才爆發。他認為家庭經驗雖對他有影響，但並非引起他生氣及造成兩人衝突的主因。

此外，夫雖然承認家庭因素對他「自己」有一定程度的影響，但他一直希望摒除家庭因素對「夫妻關係」的影響，並自認是有做到的。而他覺得妻嫁入他家，不可避免會受夫家庭的影響，但相信是「少很多很多，幾乎是不存在」〔SGH063-02〕。再者，對於妻的原生家庭經驗，夫亦希望協助妻摒除其影響，因此時常為妻劃分其原生家庭與個人經驗，在妻因被勾起家庭不愉快經驗而出現害怕、不安情緒時，告訴妻那些都是她過去家庭中發生的，並不是當下經驗中會發生或要面對的。

4. 社會我：其主要表達為夫所認為的人際相處原則。

G 夫心中存有一套人際相處原則，認為不管哪一種關係都應該做到相互尊重，開玩笑應是虧自己而不是虧別人，若不小心虧到別人要馬上跟對方解釋，若被開玩笑的人不舒服了應趕快停止。夫認為這些是大部分的人都應知道的「常識」〔SGH039-03〕，也因這些「常識」讓夫對妻自認的玩笑行為難以接受。

5. G 夫四個自我之優先順序：

G 夫所排列的自我圖一（見圖 4-2-10）中，將「個人我」置於首位，「關係我」置於第二順位，表示他在此衝突事件中，立場上較多出自於個人的感受與認知；「家庭我」與「社會我」兩部分，夫原本表示「很後面，非常後面，我是覺得幾乎沒有（影響）」〔SGH057〕，在催化員協助澄清其影響後，夫才將兩者稍往前移，但仍與「個人我」、「關係我」間隔了一段距離。夫表示他一直希望在他與妻的相處中，能摒除「家庭」與「社會」的影響因素，而純粹以「個人我」和「關係我」與妻互動。

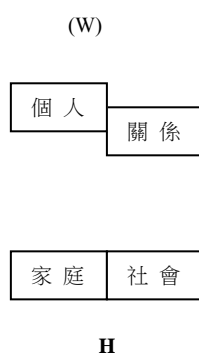


圖 4-2-10 G 夫自我圖一

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，擺放的四個自我圖位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈看重的自我；越遠離配偶的

「自我」代表愈少以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中，是自己愈不看重之自我。

貳、 綜合五對夫妻各自在衝突協調初期之自我狀態

綜合五對夫妻各自所呈現之衝突協調初期之自我狀態，其在個人我、關係我、家庭我、社會我所展現之內涵如下表所示（打「✓」者表示其在此階段有表達出相關意涵）：

表 4-2-1 夫妻衝突協調初期之自我狀態

		A		C		D		E		G	
		夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻
個人我	對個人需求的重視或自覺		✓		✓	✓			✓		✓
	對個人理想或目標的追求		✓			✓			✓		
	重視個人發展與潛能發揮					✓					
	重視個人獨立自主與自由				✓	✓					✓
	重視擁有個人的時間空間				✓						
	握有自己生活的掌控權					✓					
	維護個人自尊										✓
	重視自我照顧		✓								✓
夫妻情感關係	肯定配偶與夫妻關係	✓	✓	✓	✓	✓	✓				✓
	喜歡或期待兩人相處			✓	✓		✓				
	重視夫妻生活與關係品質					✓					
	期待夫妻關係更親密								✓		✓
	夫妻關係為最重要的關係		✓		✓	✓			✓	✓	✓
	願為增進夫妻情感關係做努力	✓	✓	✓	✓			✓	✓		✓
	正視配偶的壓力或困擾	✓		✓		✓			✓	✓	
	能從經營好夫妻關係及讓配偶快樂中得到成就感				✓						
	期待配偶把夫妻關係放在最優先的位置		✓	✓	✓				✓		
	希望得到配偶最多的關注				✓				✓		
關係我	期待自己的付出被配偶看到或體諒		✓	✓		✓		✓			
	期待配偶對自己的要求積極回應		✓						✓		
	期待自己的困擾被配偶重視或理解		✓				✓				
	夫妻角色關係										
	妻應該要在各方面幫夫並為夫著想（傳統妻子角色期待）		✓								
其他	對夫存有傳統男性角色期待		✓								
	重視關係和諧				✓				✓		
其他	將個人需求置於配偶需求或關係考量之後	✓	✓	✓	✓			✓			✓
	強調平等尊重										✓

		A		C		D		E		G	
		夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻
概 括 式 家 庭 概 念	個人需求置於家庭需求之後	✓		✓				✓			
	重視自己的家族角色責任	✓		✓				✓			
	重家庭倫理	✓		✓							
	家庭關係為所有關係的基礎			✓							
	喜歡凝聚家人情感及營造溫暖支持的氣氛			✓							
	回報家族親戚			✓							
	透過對家人的照顧獲得成就感			✓							
	重視家族親戚的聯繫往來			✓							
	重視家族和諧與團結			✓							
	夫之原生家庭	對母親／婆婆盡孝（但有程度與表達方式的差異）	✓	✓	✓	✓					
妻之原生家庭	家族角色責任有限度的承擔				✓	✓					
	感受到自己身上的媳婦角色責任或期待（有程度差異）		✓		✓		✓		✓		
	對家人生活的照顧	✓		✓		✓		✓			
核 心 小 家 庭	對核心小家庭權益的維護		✓			✓					
	個人需求置於核心小家庭需求之後		✓								
	對核心小家庭的盡心付出		✓								
	對原生家庭的照顧與責任承擔以不影響核心小家庭為理想原則		✓			✓					
為核心小家庭規劃理想藍圖								✓			
原 生 家 庭 成 長 經 驗	成長經驗對自己造成之影響									✓	✓
社 會 我	他人期待與關心帶來壓力					✓		✓			
	社會比較帶來壓力挫敗或氣憤不平					✓		✓			
	在意社會眼光或評價					✓		✓		✓	
	以他人經驗為自身參照									✓	
	盡力滿足社會期待									✓	
	在其討論之衝突議題上不較受社會我影響	✓	✓	✓	✓	✓		✓		✓	

表 4-2-2 夫妻衝突協調初期之四個自我之優先順序

順序	A		C		D		E		G	
	夫	妻 (自我圖 一-2)	夫	妻 內在 真實	夫	妻	夫	妻	夫	妻
1	家庭我	關係我	家庭我 關係我	關係我	個人我	家庭我 社會我	關係我	個人我	個人我	個人我
2	關係我	個人我	社會我	個人我 家庭我	關係我	個人我	個人我	關係我	關係我	關係我
3	個人我	家庭我	個人我	社會我	家庭我	關係我	社會我	社會我	家庭我 社會我	家庭我
4	社會我 (未排)	社會我		社會我	社會我		家庭我	家庭我		社會我

參、討論

本節討論，研究者將探討五對夫妻所呈現出之四個自我內涵與楊國樞(2004)「華人自我四元論」之對照。

本研究所探討之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，在設計上運用了楊國樞(2004)「華人自我四元論」中個人我、關係我、家庭我、社會我(即他人取向自我)四個自我的概念，透過夫妻各自(主體我)對四個自我(客體我)的表達與排列，呈現出每個人內在不同的自我狀態。綜觀五對夫妻所呈現的四個自我內涵，與「華人自我四元論」對四個自我的界定意涵有相同也有相異之處，在「個人我」與「社會我」上，五對夫妻的展現與華人自我四元論之界定大致相同；但在「關係我」與「家庭我」兩方面，則出現了意涵上的轉變與擴充，以下依四個自我分別予以說明：

(一) 個人我

楊國樞(2004)華人自我四元論中之「個人取向自我」，代表受社會現代化與西方個人主義影響而出現的自我，其內涵與心理特徵包括：具自主的適應趨勢、淡化社會角色的涉入、認同自己、自我負責、有自主、獨立、自足、自我接受、個人成就等主動性需求等。而本研究之五對夫妻，在其討論之衝突議題中，所展現的「個人我」樣貌綜合如下：對個人需求的自覺與重視、對個人理想或目標的追求、重視個人發展與潛能發揮、重視個人獨立自主與自由、重視擁有個人的時間空間、握有自己生活的掌控權、維護個人自尊、重視自我照顧等；整體而言，與華人自我四元論對「個人取向自我」的意涵界定是相符合的。

（二）關係我

華人自我四元論（楊國樞，2004）中的「關係取向自我」，為社會取向自我的其中一種，是華人傳統社會中，個人與特定關係中之對方互動時所呈現的自我；其內涵與心理特徵包括：融合趨勢、配合順從對方、高度社會角色涉入、關係性認同、重視對對方的責任義務、重視和諧關係的建立與維繫、及互依互惠等關係性需求。

本研究因為探討夫妻關係衝突之研究，故將「關係我」界定在「夫妻關係」。五對夫妻在其衝突議題中所展現的「關係我」樣貌，研究者發現主要可將之區分為「強調夫妻情感關係」與「強調夫妻角色關係」兩類。在「夫妻情感關係」上，五對夫妻的表達綜合如下：肯定配偶與夫妻關係、喜歡或期待兩人相處、重視夫妻生活與關係品質、期待夫妻關係更親密、夫妻關係為最重要的關係、願為增進夫妻情感關係做努力、正視配偶的壓力或困擾、能從經營好夫妻關係及讓配偶快樂中得到成就感、期待配偶把夫妻關係放在最優先的位置（重於家庭、朋友關係或個人需要）、希望得到配偶最多的關注、期待自己的付出被配偶看到和體諒、期待配偶對自己的要求積極回應、期待自己的困擾被配偶重視和理解等。在「夫妻角色關係」上，僅有一位配偶（A 妻）表達出相關意涵，包括：妻應該要在各方面幫夫並為夫著想、對夫存有隱微的傳統男性角色期待。此外，尚有在此兩類劃分中較不明顯之重視關係和諧、將個人需求置於配偶需求或關係考量之後及強調平等尊重；前兩項較具傳統華人文化色彩，後一項則來自現代西方個人主義文化。

在五對夫妻的「關係我」內涵呈現中，重視關係和諧、將個人需求置於配偶需求或關係考量之後，及 A 妻對自身與丈夫在角色義務上的表達，與華人自我四元論（楊國樞，2004）之「關係取向自我」意涵是相近的。然而，由上述研究者所做的分類中，可看出五對夫妻在「夫妻情感關係」的表達遠多過「夫妻角色關係」，此與華人自我四元論之「關係取向自我」意涵則有很大的分別。楊國樞（1993，2004；K. S. Yang, 1995）從其社會取向所分出之關係取向，主要係由傳統華人文化中對角色關係之責任義務出發，強調關係形式化（角色化）、關係決定論、及和諧關係的維繫等，而非強調關係的情感層面，特別是情感的培養、表達與增進，少有著墨；然，後者卻成為本研究中，十位年約 30~35 歲上下之年輕夫妻在「關係我」面向的主要關注。

研究者認為，本研究結果在「關係我」上出現的意涵轉變，與現今台灣社會正由父子軸家庭型態特徵過渡到夫妻軸家庭型態特徵有關。相對於角色優先的父子軸文化，夫妻軸文化強調感情優先，重視情感表達與交流，夫妻二人的情感具優先地位並得到很大的尊重，反映在夫妻個人內在「關係我」的呈現，則出現對夫妻情感關係的重視遠多過角色關係的樣貌。此結果亦顯示，對台灣地區三十歲上下的年輕夫妻而言，現代夫妻軸文化已對夫妻關係中的個人有一定強度的影

響；重視夫妻的情感關係，並對彼此有情感上的需求及期待，幾乎為五對夫妻一致的展現。

然而，此結果是否意謂著新一代的年輕夫妻受夫妻軸文化的影響已超過父子軸文化，則無法在此單向特徵上一概而論，特別楊國樞（2002b）在「傳統價值觀與現代價值觀能否並存」的研究中指出，「尊重情感」這一現代性心理成分，與五項具代表性的傳統性心理成分（遵從權威、孝親敬祖、安分守成、宿命自保、男性優越）皆無直線性相關，顯示此一現代心理特徵是可與其他傳統性心理特徵同時並存。

「關係我」在本研究中所出現的意涵轉變，其代表的另一層重要意義為，原在「華人自我四元論」（楊國樞，2004）中，被歸屬於來自傳統社會取向特徵的「關係我」，在本研究五對夫妻的呈現中，變為富含現代夫妻軸特色之現代心理特徵。此變化使得原華人自我四元論中，「現代文化」與「傳統華人文化」的劃分，由原本之「個人取向自我（現代）」V.S「關係取向、家族取向、他人取向自我（傳統）」，轉變為「個人取向自我、關係取向自我（現代）」V.S「家族取向、他人取向自我（傳統）」。當五對夫妻表達出對「個人我」及「關係我」的重視時，其內涵較多在傳達其所受到之現代個人取向文化與現代婚姻觀的影響；而當他們表達出對「家庭我」與「社會我」的重視時，則較多在傳達所受之傳統華人社會取向文化影響。此為四個自我在本研究中，明顯不同於「華人自我四元論」之處。

最後，研究者亦認為，本研究將「關係我」鎖定在「夫妻關係」，可能對此意涵的轉變有所影響，也應納入考量。夫妻關係有其特殊性，是一種重情感的親密關係（陳秉華、李素芬、林美珣，2008），在黃光國（1988a，2005a，2005b；Hwang, 1987）「人情與面子理論模式」中對人際關係的分類，屬於對對方有最高重視的「情感性關係」。在此類的關係中，對彼此情感需求的表達和照顧本會高過其他混合性關係或工具性關係；因此，若探討的為現代華人其他人際關係，是否會出現如本研究中如此明顯的「關係我」意涵轉變，尚不得而知。

（三）家庭我

華人自我四元論（楊國樞，2004）中的「家庭取向自我」，「家庭」係指傳統華人社會中概括式的家族概念，此自我的內涵與心理特徵包括：融合趨勢，配合順從家族，維繫家族和諧、有高度社會角色涉入、重視對家族的責任、自我延伸之一體感、重視家族成就、榮耀、富足、團結等。

而在本研究中，五對夫妻對「家庭我」中的「家庭」做了幾種不同的界定；亦在談到「家庭」的相關意涵時，呈現出更細緻化的區辨，對不同的「家庭」抱有不同的考量和期待。研究者於此處以統整五對夫妻在「家庭」意涵的相關表達，將此相關表達內涵分為「概括式家庭概念」、「夫之原生家庭」、「妻之原生家庭」、「核心小家庭」、與「各自原生家庭成長經驗」五種類別，來呈現五對夫妻在「家

庭我」所呈現的多樣面貌。

五對夫妻在「概括式家庭概念」中（意指不區分夫的原生家庭與核心小家庭）的展現，包括了：個人需求置於家庭需求之後、重視自己的家族角色責任、重家庭倫理、家庭關係為所有關係的基礎、喜歡凝聚家人情感及營造溫暖支持的氣氛、回報家族親戚、透過對家人的照顧獲得成就感、重視家族親戚的聯繫往來、家族和諧、家族團結等。

在「夫之原生家庭」的展現包括了：對母親／婆婆盡孝（但有程度與表達方式的差異）、家族角色責任有限度的承擔、感受到自己身上的媳婦角色責任或期待（有程度差異）、有限度的配合夫投入家庭活動、對家人生活的照顧等。在「妻之原生家庭」的展現包括了：感受到自己被賦予「應替夫家傳宗接代」的角色期待。

在「核心小家庭」的展現包括了：對核心小家庭權益的維護、核心小家庭的重要性高於夫之原生家庭、個人需求置於核心小家庭需求之後、對核心小家庭的盡心付出、對原生家庭的照顧與責任承擔以不影響核心小家庭為理想原則、為核心小家庭規劃理想藍圖等。最後，在「原生家庭成長經驗」的展現，則是談論家庭成長經驗對自己造成之影響。

本研究結果顯示，當我們將華人自我四元論（楊國樞，2004）中「家族取向自我」所指稱的「概括式家庭」概念，放在現今台灣三十歲上下之年輕夫妻身上時，需要做更細緻化的家庭概念區分，「概括式的家庭概念」適用度上有其限制。當我們談到「家庭」，每個人指涉的可能是相當不同的意涵，其實這與傳統華人對「家」原本就沒有一個清楚的界定有關（金耀基，1992；麻國慶，2000；費孝通，1948；謝繼昌，1999）；而此模糊的意涵又在現今更多元的社會中出現了更多的分歧，而呈現出如本研究五對夫妻表達出的多樣面貌。

從本研究五對夫妻在「家庭我」的呈現來看，當其受西方個人主義與現代夫妻軸文化影響較深，可能會以「核心小家庭」為其主要關注，視家庭為兩個個體為追求個人幸福而做的結合；當其受傳統華人家庭觀與父子軸文化影響較深，可能仍以「概括式的家庭概念」或「夫之原生家庭」為其設想的原點。而至於更大的「家族」概念，除一位成員（C夫）提及重視家族親戚的往來聯繫、喜歡凝聚大家庭的情感外，其他夫妻則未明顯出現此概念，顯示「家族」已成了「家庭」之外的其他團體，不那麼直接的影響到現代華人夫妻之自我狀態。

此意涵上的多元樣貌代表的另一層意義為，「家庭我」已並非如「華人自我四元論」（楊國樞，2004）中，能被單純地歸屬在傳統社會取向的文化意涵中。假若我們將重點著眼在傳統社會取向中，「重視團體需求先於個人需求」此一特徵，則無論是作原生家庭解、小家庭解、或是概括的家庭概念，都具有強調「家庭需求先於個人需求」之意涵，則仍具社會取向之傳統性特徵；但若將重點著眼

在五對夫妻所表達出之對核心小家庭的維護與憧憬、核心小家庭的理想藍圖規劃、重視核心小家庭先於夫之原生家庭等，則成為富含現代夫妻軸文化色彩的現代意涵。

此外，從五對夫妻的「家庭我」表達中，亦顯示「家庭」概念不但被加以細分，且細分的類別之間，可能還具有相互影響的競爭或比較關係，例如：「核心小家庭」與「夫之原生家庭」共享家中經濟資源，就會出現分配上的競爭與比較（如 A 對夫妻衝突議題）；丈夫同時身為「核心小家庭」與「夫之原生家庭」的重要成員，就會出現照顧兩邊家庭時間與精力上的調配問題（如 C 對夫妻議題）。可以想見的可能還有對「夫之原生家庭」與「妻之原生家庭」照顧上、經濟支持上的不平均等議題。因此，除「原生家庭成長經驗」外，其他每一個分類可能都自成一個影響個人自我狀態的次團體，而有「核心小家庭我」、「夫家庭我」、「妻家庭我」等再細分之客體我出現，在不同的議題上，與個人我、關係我、社會我一同對個人自我造成影響。

最後，與「關係我」有一樣的考量，研究者亦認為「家庭我」概念在本研究中被做如此細微之劃分，可能亦與本研究為「夫妻關係」為探討對象有關。在華人社會中，婚姻關係不是兩個人的事，婚姻中的許多問題都與家庭因素相關，包括了雙方原生家庭與兩人共組之家庭，不同的「家庭」指涉範圍對婚姻實具有相當不同的意義與影響力，其複雜的程度原本就超過個人在其他人際關係或衝突議題所會涉及的層面。因此，在「家庭我」概念出現細緻化分類，尤其在分類間尚具有比較與競爭關係，有可能為探討夫妻間衝突議題的獨特現象。

（四）社會我

華人自我四元論（楊國樞，2004）中之「他人取向自我」，其內涵與心理特徵包括：融合趨勢，強烈的社會順同、對非特定他人抱有單方面自加之責任、對他人意見敏感、對社會規範關注、公眾性面子與名譽之需求等。而本研究之五對夫妻，在其討論之衝突議題中，所展現的「社會我」樣貌綜合如下：他人期待與關心帶來壓力、社會比較帶來壓力挫敗或氣憤不平、在意社會眼光、在意社會評價、以他人經驗為自身參照、盡力滿足社會期待等，但大多數伴侶（七位）皆表示，在其討論之衝突議題上不較受社會我影響。整體而言，受「社會我」影響之伴侶所表達出之「社會我」意涵，與華人自我四元論對「他人取向自我」的意涵界定是相符合的。

綜觀五對夫妻針對其婚姻衝突議題所談論的內容，大致皆可歸屬在此四個自我的內涵中；不僅如此，在每一個自我中所呈現之意涵亦相當豐富，對夫妻間衝突議題的探討皆深具意義。這顯示對現代台灣社會的夫妻而言，「華人自我四元論」（楊國樞，2004）所闡述的四個自我是相當具有本土意義性與契合性的。

五對夫妻的表達內容，在很小的部分發生了歸類上的困難。首先，因本研究將「關係我」界定在「夫妻關係」，若議題中存在著夫妻某一方與其他特定他人的關係，則在「關係我」的概念必須再做劃分。舉例而言，E 夫曾提及，他覺得結婚後跟朋友的相處時間變少，亦提及去唱歌是同事的邀約；雖在後來的討論中，因 E 夫表示，想去唱歌主要是自己想要放鬆，去或不去也不會影響到他與同事的關係，或是同事對他的觀感，因而在該衝突議題的協調上並沒有納入「朋友」因素，此歸類困難影響不大；但由此例仍可想見，夫妻間亦有可能因一方對朋友（或其他特定他人）的重視，而與伴侶的期待和需要產生衝突，使得夫妻與其他特定他人的關係必須納入考量。

另外一例，為五對夫妻中，有三位成員提到了與「命運」相關的表達，D 妻對於是否擁有孩子的未知命運表達了無力與無措的心情；E 妻對「能否有孩子」求助算命，但對結果抱持信而不服的態度；E 夫則在生育態度上提到了命定隨緣的概念；此部分則屬於與「未出世之孩子」的關係宿命觀。楊國樞（2004）之華人自我四元論在談及關係取向自我時，原本即包含多種個人與其他特定他人之關係，亦提及個人會因與不同特定他人之互動難以兼顧而出現關係我內的衝突。因此，研究者認為，個人在面對不同的情境時，可能會視情況而出現指涉不同特定關係之數個「關係我」，當將華人自我四元論轉化為實際情境的討論時，「關係我」之概念應可依個體的實際考量保有再做不同之次分類的彈性。

整體而言，研究者認為將「華人自我四元論」用在夫妻關係衝突的討論上，具本土意義與契合性，為我們在思考與處理當代華人婚姻議題時，可以採用的理論觀點。而本研究十位年輕夫妻所呈現出之四個自我意涵，「個人我」與「社會我」二部分與原「華人自我四元論」的界定是相符合的；「關係我」意涵則因增添了大量的情感性關係自我表達而與原理論中的概念有所不同，所代表的文化意義亦從原理論的傳統性轉變為富含現代文化精神的新概念；「家庭我」意涵則出現較原理論更細緻化的分類，而同時包含了傳統與現代的兩種意義。此意涵上的轉變與細緻化分類，皆說明了當代台灣社會在傳統華人文化與現代文化兩股力量的同時影響下，已呈現更多元的個人內在自我樣貌，分類更細，內涵上也因新文化的影響更添豐富。

第三節 夫妻在衝突協調初期之內在自我衝突

本節主要介紹五對夫妻於衝突協調初期之內在自我衝突，第一部分分別呈現五對夫妻之資料分析結果，第二部分為呈現五對夫妻之綜合資料比較，第三部分為討論。茲分述如下：

壹、 五對夫妻各自在衝突協調初期之內在自我衝突

一、 A 對夫妻衝突協調初期之內在自我衝突

(一) A 夫之內在自我衝突主要來源

1. 「關係我」V.S「家庭我」的衝突：「照顧夫妻關係」與「孝順母親」的衝突。

在此衝突議題上，夫的「家庭我」希望能以給母親充裕的零用錢及運用的自由表達孝心，但在「關係我」的部分接收到妻不同於自己的做法與期待，夫不希望因孝順影響兩人關係，且妻對孝順的想法（關心勝於物質給予）、對家庭經濟的認知、及對母親用錢的觀察亦有其道理或依據，使夫面臨「家庭我」與「關係我」的兩難，一方面仍想盡自己的心力孝順母親，維持過去一貫的做法，一方面又想照顧關係，正視妻的擔憂與壓力而在孝行上有所改變；加上妻的要求及所認同的孝順方式（心靈上的關心），原本即是夫期許自己去做，但又覺得不熟悉、不容易的方式，因而更增加其心中的衝突感受。

此外，夫亦擔心若照妻之期望去關心母親的用錢情形及調整金額，是否會造成母親對妻子的誤解而破壞了婆媳關係，因而有所顧忌，不知怎樣的方式可以顧全母親及妻子雙方感受，避免誤會的發生。例如他說：

「有些時候可能我會想比較多，想說我要用什麼方法去講這個事情（調整零用錢），比較不會傷害到你（妻）...」〔SAH126-04〕

「我也不希望因這樣的東西（錢的事）讓你們兩個（妻與母）有一些怎麼樣子的疙瘩...」〔SAH128-02〕

(二) A 妻之內在自我衝突主要來源

1. 「家庭我」內的衝突：「維護核心小家庭」與「照顧夫家庭」的衝突

在 A 妻的家庭我概念中，同時包含了「核心小家庭」與「夫家庭」（主要對象為婆婆）兩個部分，雖兩者在比例及優先順位上有所不同，但兩者共享家中資源，故產生 A 妻在對核心小家庭的維護與對婆婆的照顧之間的衝突；具體而言，為「為核心小家庭多存錢」與「給婆婆高額零用金」之間的衝突。

2. 「個人我」V.S「關係我」的衝突：「追求個人目標」與「符合妻子角色期待」的衝突

A 妻有其個人理想與目標，希望去念研究所，但受到「妻子」之角色期待的影響，覺得身為妻子似乎應以先生、家庭為重，而將個人需要擱置在後，形成其心中「追求個人目標」與「符合妻子角色期待」間的衝突。例如她說：

「當老婆好像都比較弱勢，嫁給你之後主動的要幫助你很多事情，但是我有時候想一想會覺得：那我自己想要做的那一塊，我到底做到了沒有？而不是就是為了你、為了這個家而已。」〔SAW121-03、SAW121-04〕

3. 「個人我」V.S「關係我／家庭我」的衝突：「追求個人目標」與「照顧核心小家庭經濟」的衝突

A 妻希望能為核心小家庭多儲蓄，使兩人將來不管是想創業、或退休生活，以及小孩的生養教育等開銷都更有保障；然而現階段決定去念書，學費是一筆新的開銷，使原本的經濟壓力更為加重；在欲兼顧家中經濟及個人夢想的權衡下，A 妻必須一面工作一面讀書，但這對 A 妻來說在時間與精力上都是很大的挑戰。例如她說：

「學費我一定會自己存錢，可是我存起來那一部分的錢又相對會影響到我們本來會再多存下來做為退休、或是教育基金的運用...」〔SAW108-01〕

「包含我要去念書，完成我自己的夢想這件事情，我也不敢【加強語氣】就沒有工作，我還是要一邊工作一邊念書，這樣子對我自己的挑戰其實很大。」〔SAW115-05〕

4. 「個人我」V.S「家庭我」的衝突：「追求個人目標」與「符合媳婦角色期待」的衝突

A 妻有其個人需求及理想欲達成，但在追求個人理想的同時，仍在意婆婆對自己的看法，並感受到婆婆對自己有「正常媳婦」的角色期待；在她順利考上研究所，也決定去念的同時，對追求個人我目標仍會感不安而不想讓婆婆知道。她說：

「我那個時候不想讓媽知道，但你還是提了，主要原因我也是不希望讓她知道說我已經結婚了，還去念書，可能對老人家來講，她會覺得說（我）沒有盡到媳婦應該盡的責任，比方生小孩啊，照顧家裡啊！」〔SAW121-09〕

「我感覺得出來在她的心裡，她還是會希望我就是一個正常的媳婦，像她想要的那樣子的媳婦角色。...(略)。我也有我想要扮演的角色跟我想完成的夢想，而不是只有在你們家的期望下去做你們想要的事情。」〔SAW124-01、SAW124-03〕

二、 C 對夫妻衝突協調初期之內在自我衝突

(一) C 夫之內在自我衝突主要來源

1. 「關係我」V.S「家庭我」的衝突：「照顧夫妻關係」與「照顧家庭、孝順母親」的衝突

C 夫自我期許能經營好夫妻關係，亦能照顧好母親及凝聚大家庭的感情；而其原本以為只要透過對大家庭全面性的照顧即兼顧到了夫妻關係，但於婚後漸漸發現兩者之間是有衝突、需要區隔的，因而時常面臨「關係我」及「家庭我」兩邊的來回拉扯：當夫多花時間與家人相處，會感受到來自妻的壓力，他也希望妻快樂，所以願意割捨部分家庭活動多陪妻，但當他與妻兩人相處時，即使感覺快樂甜蜜，卻又無法全然享受，因為仍會記掛著家庭，特別是母親。例如他說：

「我本來一直覺得老婆就在家庭裡面，是一起照顧的，但今天覺得說好像老婆要的不是屬於家庭的快樂就是快樂了，...(略)，看到你希望更多兩人單獨的空間，所以我也已經有...家庭的部分已經有...一直做一些切割，...(略)，多一些時間我們兩個在一起...」〔SCH176-01、SCH176-02、SCH179-01〕

「家庭活動當然也是會綁住一些我們的時間，所以自己潛意識也會希望說我們兩個的空間多一點；(但)就是說一些傳統觀念...家庭我的觀念還是會牽引著一些責任。」〔SCH182-03、SCH182-04〕

「...有時候兩人出去玩，很高興的時候，又會覺得是不是自己太自私了【此時夫坐在「關係我」，自己手指「家庭我」；妻大笑後嘆氣；催化員請夫移到「家庭我」】，...(略)，就算我跟妳開心，有時候還會打電話回家問一下媽媽還好嗎，...(略)，在吃大餐或是在很棒的旅遊活動時，不能帶媽媽一起來【妻插話：『那你跟她約會好了』】，不是跟她約會，我是想說帶妳們兩個一起去玩，一樣去享受這麼好的旅程。」〔SCH197-02、SCH200、SCH201、SCH204、SCW133、SCH206、SCH207〕

(二) C 妻之內在自我衝突主要來源

1. 「關係我」內的衝突：「渴望與夫相處」與「照顧夫之家庭我需要」(指允許夫花時間去照顧其原生家庭)間的衝突。

C 妻內心一直將「關係我」放在最優先的位置，她對夫的重視與在乎，一方面讓她很渴望有更多與夫單獨相處的時間，一方面又讓她無法忽視夫對其原生家庭的看重，而必須分出時間讓夫去照顧原生家庭，甚至必要時自己也必須投入，否則亦會傷害了兩人的關係，此為造成其內在衝突最主要的來源。也因此，當她陷入這樣的兩難情境時，就將自己抽離到「個人我」的位置，至少這是她的第二順位，能夠有一些個人需求的滿足與快樂，而無須做出讓她備感衝突的抉擇，也不用去勉強或要求夫在夫妻關係與原生家庭間做決定。但也因為妻這樣的選擇，

造成其內心覺得她是「犧牲自己的關係我需要」，夫卻覺得妻是「成全自己（妻）的個人我需要」這樣的落差。對此內在衝突，她說：

「因為我知道你很在乎這一塊（家庭），真的很在乎，我覺得那種在乎一方面會讓我更排斥這一塊，或是也讓我不自覺就覺得我是不是應該也要這樣做（在乎夫家庭），所以一直在這樣的矛盾裡。」〔SCW397〕

「你越在乎家人，越希望（有）家庭活動，我就對這個越反感，因為我覺得（家庭活動）這麼多到底是要幹嘛啊？那我們自己到底算什麼？整個都被（家庭活動）占據掉，所以我有時候會非常非常的抗拒，是因為你太在乎了，...(略)，可是一方面又知道你是真的很在乎，又覺得這樣子（抗拒）好像讓你很痛苦，又不是很應該，所以在一些比較小的地方、可以接受的地方就會去配合。...(略)。我可以做的話，其實我有在做」〔SCW399、SCW400、SCW402、SCW403、SCW408〕

三、 D 對夫妻衝突協調初期之內在自我衝突

（一） D 夫之內在自我衝突主要來源：無

D 夫對生育抱持著可有可無的態度，此議題並非他現階段所關注，因而表示自己對此事不會多想，也較無感覺；而對於其所關注的個人發展與夫妻關係，他亦有清楚明確的立場與想法。是故，D 夫此議題上目前並無內在自我衝突存在。

（二） D 妻之內在自我衝突主要來源

1. 「個人我」、「家庭我」、「社會我」V.S「個人我」的衝突：「期待懷孕」與「害怕懷孕」間的衝突。

D 妻在生育議題上，無論其個人我、家庭我、社會我，皆存在著生育的壓力，這些壓力讓她希望自己可以盡快懷孕；然而，前一次的流產經驗卻讓妻另一部分的個人我也同時害怕懷孕，擔憂自己的身體狀況能否承擔風險，順利生子，害怕面對再一次的失敗與重大失落。

2. 「個人我+關係我」V.S「家庭我+社會我」的衝突：「重視個人生活與夫妻關係」與「重視他人期望」的衝突

整體而言，D 妻在生育議題上，受到來自家庭與社會偌大的壓力，也因妻本身對他人期望的看重，使其生活、情緒都受到此事很大的影響。然而，在她內在亦有微弱的聲音希望自己可以不要那麼在意家庭與社會的期待，不因這些壓力與期待干擾到她原本的生活，回到一個「喜歡小孩，但此事並非自己能控制，且兩人現在的關係與生活也很好」的心態。只不過妻雖然內在有這兩種不同的聲音，但對他人期望的在意程度仍遠大過重視個人生活與夫妻關係的期盼。關於這樣的內在衝突，她說：

「我本來已經告訴自己，我要開心的放我的假，不要去管這件事情，…(略)，我本來想去檢查(身體)，可是後來想說我幹嘛這樣子，我不喜歡我自己的生活被這件事情綁住...我不想要跟別人比較，我想要過我自己的生活。」
〔SDW170-02、SDW172〕

「我也想要重視我們的關係跟個人就好...」〔SDW237-02〕

「我也不想要那麼在乎別人的看法，我覺得...兩個人開開心心就好了」
〔SDW243-02〕

「我還蠻在乎別人的...一直都很在乎別人，不管是家裡面的人，還是社會上面其他的人，我蠻把社會期待放第一的。」〔SDW208、SDW209〕

「我這個人有點分裂，我覺得我還是會蠻重視...我家庭給我的一些東西...」
〔SDW282〕

四、 E 對夫妻衝突協調初期之內在自我衝突

(一) E 夫之內在自我衝突主要來源：無。

E 夫雖有其個人需求，但當他需要同時考量「個人我」與「關係我」時，他願意將個人需求置於夫妻關係的和諧之後，此幾乎已成為他一貫的原則與做法，其自我狀態對此並未呈現出衝突或兩難；且其「個人我」的退讓亦是因為他選擇要一個和諧的、沒有爭吵的、舒適放鬆的夫妻關係狀態，此不僅符合他在「關係我」中的期待，也與其「個人我」需求中的「放鬆」是相似的渴求。再者，當夫發現個人的退讓無法換得和諧的關係狀態後，夫亦未出現「是否要再退讓」的內在衝突，而是直接進入一種挫折無奈的失望狀態。整體而言，夫亦未出現明顯的內在自我衝突。

(二) E 妻之內在自我衝突主要來源：無。

E 妻在此衝突議題中，四個自我皆非常一致地圍繞在對生育的關注和渴望，並要求夫配合自己達成願望。對其本身而言，目前並未出現內在自我的衝突情形。

五、 G 對夫妻衝突協調初期之內在自我衝突

(一) G 夫之內在自我衝突主要來源

1. 「個人我」V.S「關係我」的衝突：「自我感受被照顧與尊重」與「讓配偶自在做自己」的衝突

G 夫一方面希望在夫妻相處中，其個人的感受能被妻所照顧和尊重，而非被

任意開玩笑；一方面卻也表示，他心裡知道，妻能夠在他面前開玩笑亦是他的一種福氣，因為這表示自己能在夫妻關係中被配偶信任、讓配偶感覺到安心與自在，特別對一向十分壓抑、自我約束的妻而言更是如此。夫一方面希望妻可以在他面前自在的做自己，但一旦如此，就可能會有一些不小心、未拿捏好的部分造成他的不舒服或引發衝突。夫覺得這一直是他的「兩面」〔SGH044〕、他的矛盾。

「不過我這裡面就有弔詭，這個始終都放在我心裡，就是我自己知道如果妳可以在我前面這樣子開玩笑的話，事實上也是另外一種的福氣，...(略)，就好像我說妳可以在我旁邊放屁，或是妳可以在我身邊怎麼樣，我也是算是一種福氣，因為妳不可能在別人前面做這種事情，那為什麼妳可以在我之前做這些事情或是開這些玩笑，我覺得妳應該是在我這邊夠安心才會做出這些事情。」〔SGH043-02、SGH043-03〕

(二) G 妻之內在自我衝突主要來源

G 妻真實的內在自我係以重視、增進夫妻關係為主要關注，只是在方法的選擇上未能獲得 G 夫的理解，妻本身無明顯的內在衝突出現。妻僅在衝突事件發生當下，一度出現「照顧個人情緒」與「維護關係默契」間的內在掙扎（衝突情境中的內在自我衝突），說明如下：

1. 「個人我」V.S「關係我」的衝突：「照顧個人情緒」與「維護關係默契」間的衝突

G 對夫妻過去曾建立一個默契，當兩人有衝突發生，不能一個人躲去另一個空間生氣。妻表示，這次的衝突事件發生後，她因情緒上太難過而無法留在房裡，故讓夫一人在房間睡覺，自己到客廳想這件事；但她心中又相當在意兩人過去建立的默契，很不願意打破它，也害怕夫會如何看待她打破了默契，所以儘管非常難過，仍不敢在客廳待太久，稍微想了一下就趕快回房間；但她自以為，不管時間長短，她在第一時間已經打破了默契，對此又感到更加難過害怕。她說：

「我那天是刻意的（去客廳），因為我很難過很難過，我就到客廳去想這件事情，因為我沒有辦法躺在床上【哽咽、哭泣】，但是我又不能想太久，因為我會怕你會說：你看，破壞了默契【哭】...」〔SGW041-02、SGW041-03〕

「我想要維持很好的關係，我不想要打破這個默契，所以我只想一下下，不敢花太多時間【哭】，就趕快回房間去，但是我知道回房間去之後你還是會不高興，因為我在第一時間已經把房門關起來到客廳去了，不管時間長短我已經打破了，那時候我已經很擔心【嚴重哭泣】」〔SGW045〕

貳、 綜合五對夫妻在衝突協調初期之內在自我衝突

本研究以五對夫妻各自在四個自我的運作來看其內在自我衝突，發現五對夫妻在其婚姻衝突議題中，所面臨之內在自我衝突，主要可分為「四個客體我之間的衝突」與「單一客體我內的衝突」兩大類（見表 4-3）。「四個客體我之間的衝突」包括了：個人我與關係我的衝突（A 妻、G 夫、G 妻）、個人我與家庭我的衝突（A 妻、C 妻）、個人我與社會我的衝突（C 妻）、關係我與家庭我的衝突（A 夫、C 夫）、及較特別之「個人我+關係我」與「家庭我+社會我」的衝突（D 妻）；而「單一客體我內的衝突」則包括了：個人我內的衝突（D 妻）、關係我內的衝突（C 妻）、家庭我內的衝突（A 妻）。

表 4-3 五對夫妻於衝突協調初期之內在自我衝突

		A		C		D		E		G	
		夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻
四個 客體 我間	個人我 v.s 關係我		✓							✓	✓
	個人我 v.s 家庭我(核心小家庭)		✓								
	個人我 v.s 家庭我(夫家庭)		✓								
	個人我 v.s 家庭我(雙方原生家庭)						✓				
	個人我 v.s 社會我						✓				
	關係我 v.s 家庭我	✓		✓							
	「個人我+關係我」v.s「家庭我+社會我」						✓				
單一 客體 我內	個人我內的衝突						✓				
	關係我內的衝突				✓						
	家庭我內的衝突		✓								

參、 討論

在夫妻各自之內在自我衝突的討論上，研究者分為以下三個部分，第一部分為夫妻之內在自我衝突與華人自我四元論之對照比較；第二部分為「丈夫較妻子易出現『關係我』與『家庭我』之內在自我衝突」；第三部分為「妻子較丈夫易出現『個人我』與其他自我間的內在自我衝突」。分述如下：

一、 夫妻各自之內在自我衝突與「華人自我四元論」對照之討論

本研究五對夫妻在婚姻議題中所呈現出之內在自我衝突，與楊國樞（2004）「華人自我四元論」中，對四個客體我內可能出現之衝突情形的假設是相符合

的。楊國樞認為，當代華人社會中，最常見的就是個人取向自我與社會取向自我之三個次級自我間的衝突，本研究也呈現出以「個人我」與其他三個社會取向之次級自我間的衝突占大多數的現象，包含 A 妻、G 夫、G 妻皆出現了個人我與關係我的衝突，A 妻亦出現個人我與核心小家庭我的衝突、個人我與夫家庭我的衝突等。

此外，楊氏（2004）認為內在衝突亦有可能出現在社會取向內的三個次級自我之間。本研究結果同樣出現三個次級自我之間的衝突，其中，又以「關係我」和「家庭我」的衝突為多；研究者認為這可能反映出內在自我衝突在「夫妻關係」中的獨特性。華人婚姻在傳統文化的影響下，不單是夫妻兩人的結合，亦是兩個家族的結合（姜躍濱，1991）；當今台灣社會在現代婚姻觀、夫妻軸家庭文化的影響下，對夫妻的情感關係有更高程度的尊重與重視，但華人傳統家庭觀念與夫妻雙方原生家庭因素仍在婚姻的不同面向發揮其不同強度的影響力（利翠珊，1995；張思嘉，2001；高旭繁、陸洛，2006），使得婚姻關係中的雙方，容易在夫妻情感關係與原生家庭關係之間出現難以兼顧的內在矛盾與衝突。

最後，楊氏（2004）亦提出單一客體我內的衝突也是有可能發生的。本研究結果顯示，有三位成員分別在個人我、關係我、家庭我三個客體我內皆出現了單一客體之內在衝突，亦支持了楊氏的理論。而 D 妻之「個人我」內在衝突與 C 妻之「關係我」內在衝突，皆為單一客體我內有兩種不同卻相衝突的渴望所造成，較接近楊氏單一客體內衝突之原意；但 A 妻之「家庭我」內在衝突，則是因其將家庭再區分為「核心小家庭」以及以婆婆為主之「夫家庭」，在此兩個不同的指涉對象間發生的內在衝突，較傾向於將「家庭我」再分化為再次級之客體我之間的衝突。

二、 本研究五對夫妻中，丈夫較妻子易出現「關係我」與「家庭我」間之內在自我衝突

研究者發現，在本研究的五對夫妻當中，「關係我」與「家庭我」衝突皆出現在丈夫身上（A 夫、C 夫），似乎說明了夫妻關係與家庭關係間如何兩相兼顧，對當代華人夫妻關係中的先生而言，似乎又是更高的挑戰。特別當妻子一方受現代文化影響較深，對夫妻的情感關係有更高的期盼；先生一方面受傳統家庭觀念的影響仍深，一方面又想滿足、回應妻子的期待，或是本身也對夫妻情感關係相當看重，就更容易產生此內在自我衝突。

利翠珊（1995）在提及傳統父權文化對婚姻的影響時曾指出，女性通常較直接地承受了來自父系文化的壓力，男性又間接地承受了來自兩代女性（即母親與妻子）的壓力，成為男性在婚姻關係中易出現的內在衝突與困境。吳嘉瑜（2004）之子代夫妻對偶代間關係經驗的研究亦指出，對子代男性而言，婚後因希望在經濟與情感上皆能照顧到原生家庭與配偶需要，而容易出現心有餘而力不足的矛盾經驗。本研究結果亦反映出男性在婚姻關係中的此類困境。

三、 本研究五對夫妻中，妻子較丈夫易出現「個人我」與其他自我間的內在自我衝突

另一方面，研究者亦觀察到本研究中，妻子面臨的內在自我衝突有著和丈夫相當不同的面貌。陳秉華（Chen, 2004）曾指出現今華人兩性伴侶關係中，容易出現的個人內在心理衝突，其中之一即為獨立我與關係我的衝突，意指個人獨立自主、自我實現需要，以及投入社會角色責任與義務之間的矛盾衝突。本研究結果亦反映了此現象，但特別的是，「個人我」與「關係我」的衝突較多發生在妻身上，且與「個人我」相關的其他內在衝突（如「個人我」與「家庭我」、個人我內）也幾乎是發生在妻子這一方；相較之下，先生的那一方較少有「個人我」與其他自我間的衝突。研究者思考此現象，推測這一來與五對夫妻中，有三位先生在衝突議題上反映出的傳統性較高有關，二來，也可能與性別差異相關。

無論是華人社會或西方社會，男性在個人獨立與生涯發展上，原本就被賦予比女性更多的空間，無論是求取更高學歷、事業發展，都是一般家庭與社會對男性的角色期待。趙淑珠（2003）的研究即指出，當女性選擇婚姻與家庭時，同時也必須對自己的生涯發展做一選擇；而男性卻毋須做此考慮。研究者認為，男性被賦予的角色期待一方面可能是其不同於女性的另一層壓力，但對本身即具有此個人獨立自主需求、個人發展需求、自我實現需求的人而言，這樣的需求在社會文化環境中已是被允許，無須花更多力氣去爭取的。個人我的發展被自己與他人視為理所當然，因而較不容易出現個人我與其他自我的內在自我的衝突；甚至也因為已經擁有這樣被允許的空間，自然對個人我無更多的需求，使得男性主觀感受中，存有其「個人我無特別需求」的自我認知。

相反的，對女性而言，個人的需求與發展並未受到同等的允許或鼓勵，特別對已婚女性而言，傳統妻子的角色責任仍然是現代社會中看待與評價一個已婚女性的（重要）環節之一。即便近年來，在現代個人取向文化、男女平權、現代婚姻觀等新價值觀的影響下，妻子外出就業、求取更高學歷已經逐漸被接受，但大環境加諸在女性身上的角色期待仍不容易轉變；使得欲追求個人生涯理想、規劃個人發展的女性，仍被期待必須在不妨礙家庭角色扮演的大前提下，才去做個人理想的追尋；一旦這些女性的婚姻調適發生了問題，也很容易被歸咎於她們未能全心扮演家庭主婦所致（伊慶春，1988；陳秉華、游淑瑜，2001）。

這些來自大環境的文化因素，影響了受現代個人取向文化影響的已婚女性，即使有較高的個人我需求，甚至對現代文化的價值信念是相當認同者，仍會在欲追求個人需求之滿足或個人發展時，產生顧慮或矛盾（如：A 妻對念研究所的顧慮）。或是出現如 D 對夫妻的現象，即便 D 夫支持並期盼 D 妻多照顧個人需求，不要在意他人的眼光或期待，但大環境的因素使然，仍讓妻感受到做出改變的困難。換言之，在傳統家庭觀與性別角色仍舊存在的現代社會，一個女性要去追求個人嚮往的生活方式、個人需要與期待，面臨的壓力與困難是比男性更高的。

第四節 夫妻在衝突協調歷程之內在自我狀態的改變

本節主要介紹五對夫妻於衝突協調歷程之內在自我狀態的變化，第一部分分別呈現五對夫妻之資料分析結果，第二部分為呈現五對夫妻之綜合資料比較，第三部分為討論。茲分述如下：

壹、 五對夫妻各自在衝突協調歷程之內在自我狀態的改變

五對夫妻各自在衝突協調歷程之內在自我狀態的改變，研究者分為以下兩部分來呈現，一為由「協調初期至協調中期」的改變，二為由「協調中期至協調後期」。先將「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法中，協調中期與協調後期之進行方式簡述如下：

在夫妻於協調初期分別表達其四個自我狀態，排出自我圖一，並相互給予回饋後，夫妻雙方已增進對自我及配偶狀態的覺察與瞭解；在此基礎之上，夫妻依其各自意願，同時排出自我圖二（協調中期的自我圖），並說明各自的調整，再相互給予回饋。本研究以夫妻各自由「自我圖一」至「自我圖二」的改變，及其對此調整的說明，代表其由「協調初期至協調中期」的內在自我狀態改變。

接著，夫妻觀看彼此之自我圖二，思考是否可接受配偶已做出之調整；如果不行，或無法全部接受，可在瞭解配偶的期望與需要下，表達對配偶還有的期待。兩人共同協商出符合雙方需要與期待，或雙方皆能接受的平衡點，由兩人自己動手調整自己的自我圖，成為「自我圖三」（協調後期的自我圖）。本研究以夫妻各自由「自我圖二」至「自我圖三」的改變，及其對此調整的說明，代表其由「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變。

以下呈現五對夫妻中，夫妻各自之內在自我狀態在協調歷程的改變：

一、 A 對夫妻衝突協調歷程之內在自我狀態的改變

以下將先呈現 A 夫自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變，再呈現 A 妻自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變。A 對夫妻之自我圖排列及其變化呈現於圖 4-4-1（見 P.143）。

（一）A 夫之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

A 夫從自我圖一調整為自我圖二，主要改變為交換「家庭我」與「關係我」

的順位，亦即「關係我」往前移，「家庭我」往後退，將夫妻關係視為其首要考量。「個人我」仍置於最後，自認「個人我」無特別需求；「社會我」亦仍因不受影響而置於一旁，未予排列。（見圖 4-4-1 中「A 夫自我圖二」，見 P.143）

在此需特別說明的是，A 夫此階段之調整並非其首次表達出他的改變，從諮商活動開始，夫的表達即陸續出現立場上的小改變，包含：兩人在針對衝突議題進行對話階段，夫的表達已由「不會過問」〔SAH021-02〕轉變為「會再找適當時機來問她（母親）」〔SAH039-01〕；至夫表達四個自我狀態的階段，因活動進行順序使然，夫在表達之前，已聆聽完妻之表達，此聆聽及瞭解亦對夫產生了影響，使其出現「應該要關心一下（母親金錢使用情形）」〔SAH116-07〕、「就長遠考量的確需要做調整（母親零用錢）」〔SAH126-02〕、「我不反對做調整（母親零用錢）」〔SAH126-03〕等轉變；此二階段的小改變，最終呈現於 A 夫之自我圖二，成為交換「家庭我」與「關係我」順位的大改變。

2. 協調中期至協調後期

A 夫從自我圖二調整為自我圖三，主要改變在於將「家庭我」往前移回原位（自我圖一時所排列的位置），但孝順的展現方式願由過去以充裕的零用錢表達孝心，轉而在未來多給予母親心靈上的關心和溫暖，亦放掉原本對妻抱有「協助改變與母親之互動」的期待，接受妻現階段在孝順婆婆中可做到的程度。其餘三個自我則維持圖二狀態，未再做調整。（見圖 4-4-1 中「A 夫自我圖三」，見 P.143）

（二）A 妻之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

A 妻從自我圖一-2 調整為自我圖二，主要改變有二：一為「個人我」往前移，期許自己更照顧個人需要；二為「家庭我」往前移，期許自己與夫家關係更靠近。「關係我」仍置於最前，並再次強調其對夫妻關係的重視程度；社會我亦維持不動，表示不受社會我影響。（見圖 4-4-1 中「A 妻自我圖二」，見 P.143）

2. 協調中期至協調後期

A 妻在自我圖三的呈現上，並未再做調整，仍維持自我圖二樣貌，係因其自我圖二得到 A 夫完全的支持所致。但 A 妻在「家庭我」部分更具體表達出願意在自己能做到的範圍內，對婆婆有更多的關心。（見圖 4-4-1 中「A 妻自我圖三」，見 P.143）

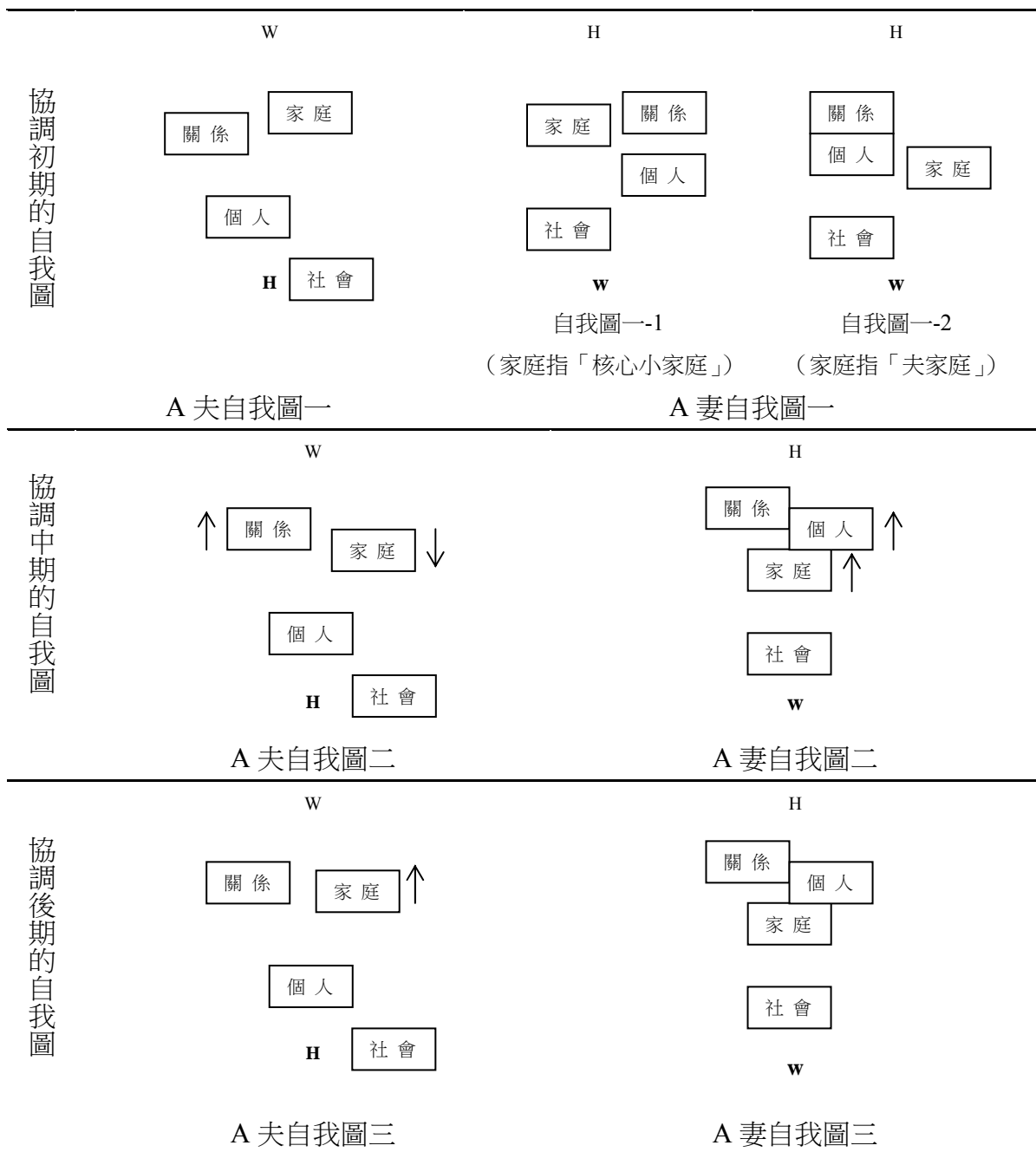


圖 4-4-1 A 對夫妻之自我圖排列及其變化

註 1：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，四個自我圖的擺放位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我與配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈不看重的自我。

註 2：A 妻在排自我圖一時，將兩人共組的「核心小家庭」視為「家庭」的主要內涵，故認為與「關係」意涵相近，後雖經催化員說明「家庭」概念與「關係」概念的區別，但她並未在該階段重新排列自我圖一；而是到了排列自我圖二時，A 妻先排出了概念修改後的自我圖一，表示那是她「平常的樣子」，再由修改後的自我圖一調整為自我圖二。為區分修改前後之自我圖一，研究者將原自我圖一編號為「自我圖一-1」，而修正後自我圖一編為「自我圖一-2」。

二、 C 對夫妻衝突協調歷程之內在自我狀態的改變

以下將先呈現 C 夫自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變，再呈現 C 妻自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變。C 對夫妻之自我圖排列及其變化呈現於圖 4-4-2 (見 P.145)。

(一) C 夫之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

C 夫從自我圖一調整為自我圖二，主要改變在於將「關係我」提高至第一位，「家庭我」退為第二位，表示自己願意讓妻看到更多自己對「關係我」的重視，但兩者仍有一部分相重疊；「社會我」仍為第三位；「個人我」仍置於最後。在圖形的顯示上，雖然「社會我」與「個人我」的位置與自我圖一稍有變動，但夫並無在此多做說明，僅表示跟原來差不多，就是排在後面。(見圖 4-4-2 中「C 夫自我圖二」，P.145)

2. 協調中期至協調後期

C 夫在自我圖三的呈現上，仍維持自我圖二樣貌。妻希望夫再將「家庭我」往下移，不要與「關係我」重疊，但夫自我表達其困難，故未予以調整。(見圖 4-4-2 中「C 夫自我圖三」，P.145)

(二) C 妻之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

C 妻所排出的自我圖二，與其自我圖一-2 相同，並未有所調整 (見圖 4-4-2 中「C 妻自我圖二」，P.145)。妻之所以無法再做出調整，係因其自我圖一-2 已是她為夫做出的自我協調，且在過去的日子中就已經在做，而妻認為這就是她的極限，在她處於現有之內在自我衝突的情況下，她沒有辦法再調整更多。

然而，排列相同的兩個圖，有一微小的差別在於自我圖一-2 中，因「關係我」因素而被拉上來的「家庭我」，妻在感受上是「不情願的」；到了自我圖二，妻則「不確定自己的感受會如何」，原因在於影響她如何感受的關鍵，是 C 夫於未來生活中的實際表現，能否讓她感覺到自己的地位是最重要的、安全的，如果能，她就可以釋懷，也願意去關注到「家庭我」的層面。對此刻的妻而言，其感受由「不情願」至「不確定」，也已是一種鬆動。

2. 協調中期至協調後期

C 妻在自我圖三的呈現上，仍維持自我圖二樣貌。夫希望其「個人我」可以再往後退，但妻表達其困難，故未再予以調整。妻雖未調整自我圖，但願意在與

夫的互動方式、態度上，調整為更如其圖所示，以多強調「關係我」的方式取代「個人我」過於強烈的表達。(見圖 4-4-2 中「C 妻自我圖三」, P.145)

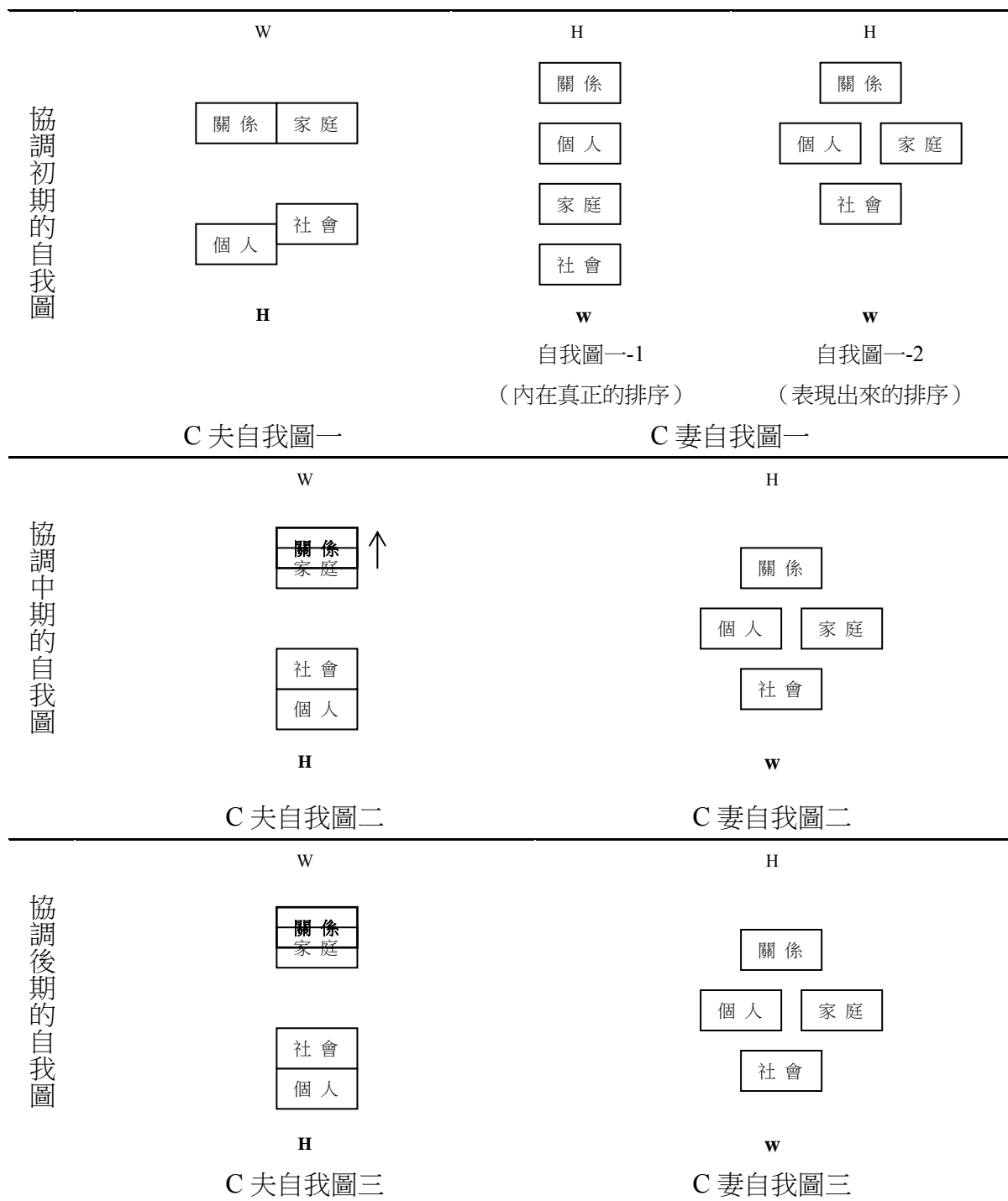


圖 4-4-2 C 對夫妻之自我圖排列及其變化

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，四個自我圖的擺放位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我與配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈不看重的自我。

三、 D 對夫妻衝突協調歷程之內在自我狀態的改變

以下先呈現 D 夫「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變，再呈現 D 妻「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變。D 對夫妻之自我圖排列及其變化呈現於圖 4-4-3(見 P.147)。

(一) D 夫之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

D 夫由自我圖一調整為自我圖二，主要改變有三，一為「個人我」往後退，表示其願意在生育議題上更去照顧妻的感受，而非僅關注個人發展或強調個人想法、立場；二為「家庭我」往前移，使之與「關係我」並列第一位，但夫表示其意涵並非指他要更去在乎家庭對他們在生育上的期待，而是願意更投入與家人的互動應對，改由他來面對與回應家人的詢問和期待；三為「社會我」往前移，其意涵與「家庭我」往前移是相同的，夫願意在面對兩人共同的朋友時，替妻擋掉要回應他人詢問的壓力，只是因為兩人共同的朋友並不多，大部分的情況仍是妻要自己面對，所以往前移動的幅度較小。(見圖 4-4-3 中「D 夫自我圖二」，P.147)

2. 協調中期至協調後期

D 夫在自我圖三的呈現上，因妻的接受而未再做調整，仍維持自我圖二樣貌；但夫願意在此議題上，以「瞭解妻的感受」取代「幫妻解決問題」，因為前者才是妻較大的需要。(見圖 4-4-3 中「D 夫自我圖三」，P.147)

(二) D 妻之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

D 妻由自我圖一至自我圖二，排列上出現大幅度的改變，原置於首位的「家庭我」與「社會我」皆被妻往後移，分別成為其第三、第四順位，表示希望自己不要去在意家人和同事的眼光、期待；原置於後方的「個人我」與「關係我」一起被往前移，同樣並列為第一位，在「個人我」方面，妻希望自己能更自我肯定，不要受生育之事影響自己的生活、情緒，能夠好好過日子，「關係我」方面則希望和夫一樣，多重視兩人之間的關係與生活，而非把生育之事放在兩人關係之前。(見圖 4-4-3 中「D 妻自我圖二」，P.147) 然而，特別的是，妻仍表示即使她做了這樣的排列，實際上當下她是做不到的，這只是她的期待。她說：

「可是我覺得我沒有辦法，我覺得就算我放這裡我也做不到。」「我如果做得到我現在就不會這麼痛苦了」〔SDW281、SDW295-02〕

2. 協調中期至協調後期

D 妻在自我圖三的呈現上，仍維持自我圖二樣貌。夫希望妻將「社會我」再

往後移，但妻目前尚有困難做出改變，並未予以調整。(見圖 4-4-3 中「D 妻自我圖三」，P.147)

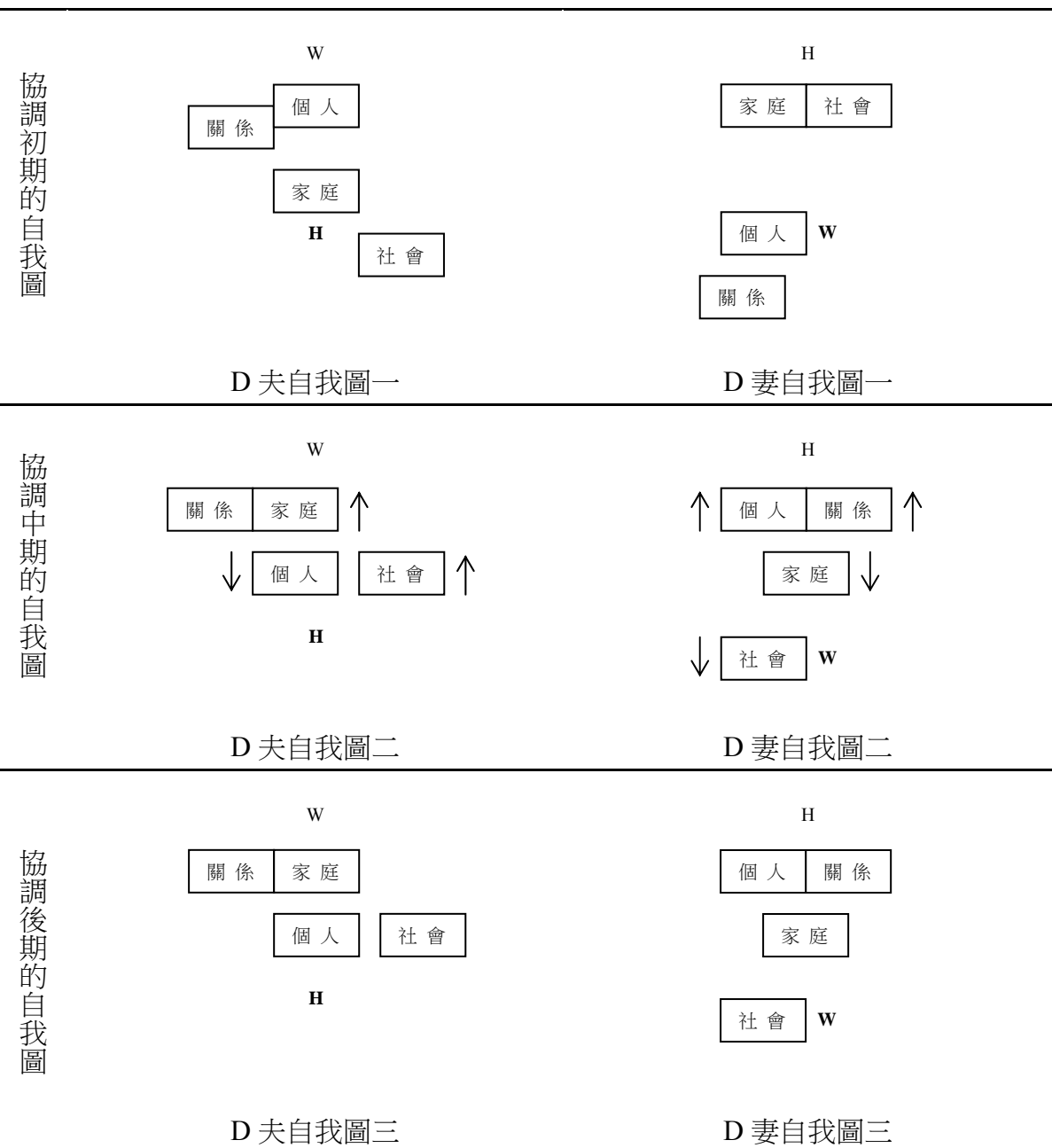


圖 4-4-3 D 對夫妻之自我圖排列及其變化

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，四個自我圖的擺放位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我與配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈不看重的自我。

四、 E 對夫妻衝突協調歷程之內在自我狀態的改變

以下將先呈現 E 夫自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變，再呈現 E 妻自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變。E 對夫妻之自我圖排列及其變化呈現於圖 4-4-4 (見 P.149)。

(一) E 夫之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

E 夫由自我圖一調整為自我圖二，主要改變有二：一為拉近「關係我」與「個人我」間的距離（「關係我」退後一些，「個人我」前進一些），但仍維持「關係我」為首位，「個人我」為第二位，意指他希望多給自己一點空間，「突顯一下個人我」〔SEH148〕，但仍願意將夫妻關係放在最重要的位置；二為「家庭我」往前提升為第三位，原因在於覺得自己將它排得太後面，理想上「應該前進一點」〔SEH162-02〕，自己應要「加強對家庭的一些觀念」〔SEH151-02〕（意指像妻一樣對「家庭」是有想法的）；「社會我」的位置未移動，覺得不用太去在意社會的價值或眼光。（見圖 4-4-4 中「E 夫自我圖二」，P.149）

2. 協調中期至協調後期

E 夫於此階段所進行的調整，係將自我圖二之「關係我」與「個人我」的距離，再度拉回自我圖一的位置，恢復原來對夫妻關係的重視程度及個人我的退讓程度，此調整係因有感於自己將個人我需求提升帶給妻的痛苦，故又自行調整回來。「家庭我」及「社會我」則維持自我圖二樣貌，未做調整。（見圖 4-4-4 中「E 夫自我圖三」，P.149）

(二) E 妻之自我狀態的改變

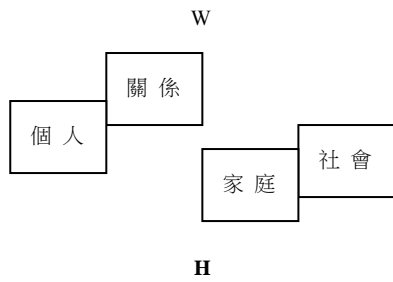
1. 協調初期至協調中期

E 妻由自我圖一調整為自我圖二，主要改變有三：一為「個人我」往後退為第二位，覺得應將自己的個人我強度調弱一些；二為「關係我」往前成為首位，希望自己也能為夫妻關係做調整，而不是只為了個人需求的滿足；三為「社會我」往後退，成為第四位，希望自己不要太去在意別人的眼光，但覺得有點難，需要一些時間的調適；「家庭我」位置未移動，表示自己仍然很希望有小孩的加入，讓家庭更圓滿。（見圖 4-4-4 中「E 妻自我圖二」，P.149）

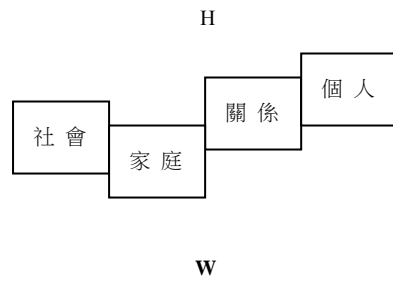
2. 協調中期至協調後期

E 妻在自我圖三的呈現上，並未再做調整，仍維持自我圖二樣貌，係因其自我圖二得到 E 夫完全的支持所致。（見圖 4-4-4 中「E 妻自我圖三」，P.149）

協調初期的自我圖

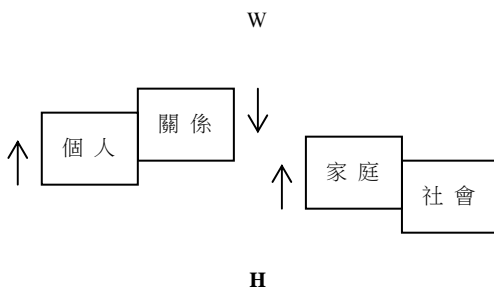


E 夫自我圖一

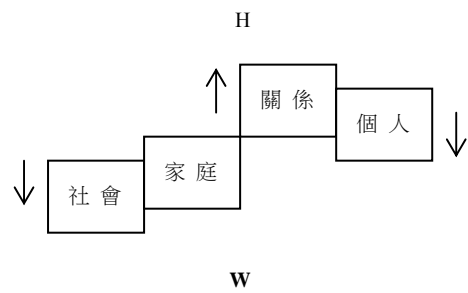


E 妻自我圖一

協調中期的自我圖

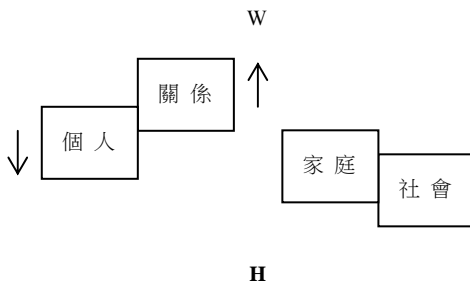


E 夫自我圖二

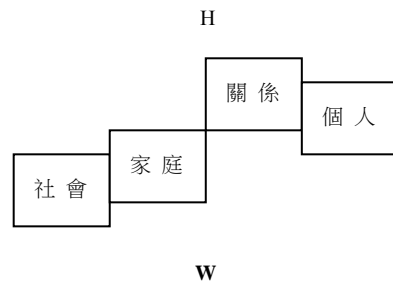


E 妻自我圖二

協調後期的自我圖



E 夫自我圖三



E 妻自我圖三

圖 4-4-4 E 對夫妻之自我圖排列及其變化

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，四個自我圖的擺放位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我與配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈不看重的自我。

五、 G 對夫妻衝突協調歷程之內在自我狀態的改變

以下將先呈現 G 夫自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變，再呈現 G 妻自「協調初期至協調中期」、「協調中期至協調後期」的內在自我狀態改變。G 對夫妻之自我圖排列及其變化呈現於圖 4-4-5 (見 P.151)。

(一) G 夫之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

G 夫由自我圖一調整為自我圖二，主要改變有二：一為將「關係我」往前移，使之與「個人我」並列第一，他表示「個人」與「關係」並重一直是他希望自己在與妻互動中所呈現的樣子，有時因無法控制，才會出現像自我圖一的狀態；二為將「社會我」往後移，移動幅度相當大，成為第四順位，表示自己在一般狀態中都不太會去在意社會因素的影響。「家庭我」留至原位，夫表示雖然他很希望排除家庭的影響因素，但無法否認其影響力的存在，故未做調整。(見圖 4-4-5 中「G 夫自我圖二」，P.151)

2. 協調中期至協調後期

G 夫由自我圖二調整為自我圖三，主要改變在於將「社會我」稍往前移，但仍為第四順位，意指他願意在妻所在意的場合中，稍提高其「社會我」強度，在行為表現上更配合社會情境，減少妻的為難與不安。〔見圖 4-4-5 中「G 夫自我圖三」，P.151〕

(二) G 妻之自我狀態的改變

1. 協調初期至協調中期

G 妻先前排列的自我圖一，是依據單一衝突事件，且當中納入了夫的觀點，該樣貌與妻平日的狀態是有差距的。因此，她認為自我圖二比較是她平常真正的樣子，亦是她期許、要求自己做到的樣子。二個自我圖當中的主要差異有二：一為「關係我」往前移，為其第一順位，表示她最重視夫妻關係；二為「個人我」與「社會我」部分交疊，並列在第二順位，表示自己的「個人我」與「社會我」有高度結合，她一直非常重視他人眼光，以社會標準要求自己，而這樣的自己因從小就被大家所稱讚和喜歡，使她覺得也很享受成為這樣的一個人，甚至已經分不出真正的「個人我」是什麼，覺得自己已經內化了社會標準，成為其個人我的內涵。「家庭我」仍置於原位，妻表示雖然她不希望被負向家庭經驗影響，但家庭影響也有正向部分值得保留，故未調整。(見圖 4-4-5 中「G 妻自我圖二」，P.151)

2. 協調中期至協調後期

G 妻由自我圖二調整為自我圖三，主要改變在於將「個人我」與「社會我」

分開不交疊，意指她願意試著去釐清兩者間的差異，在她所能做到的範圍內，對單純的「個人我」有更多的照顧和肯定。(見圖 4-4-5 中「G 妻自我圖三」, P.151)

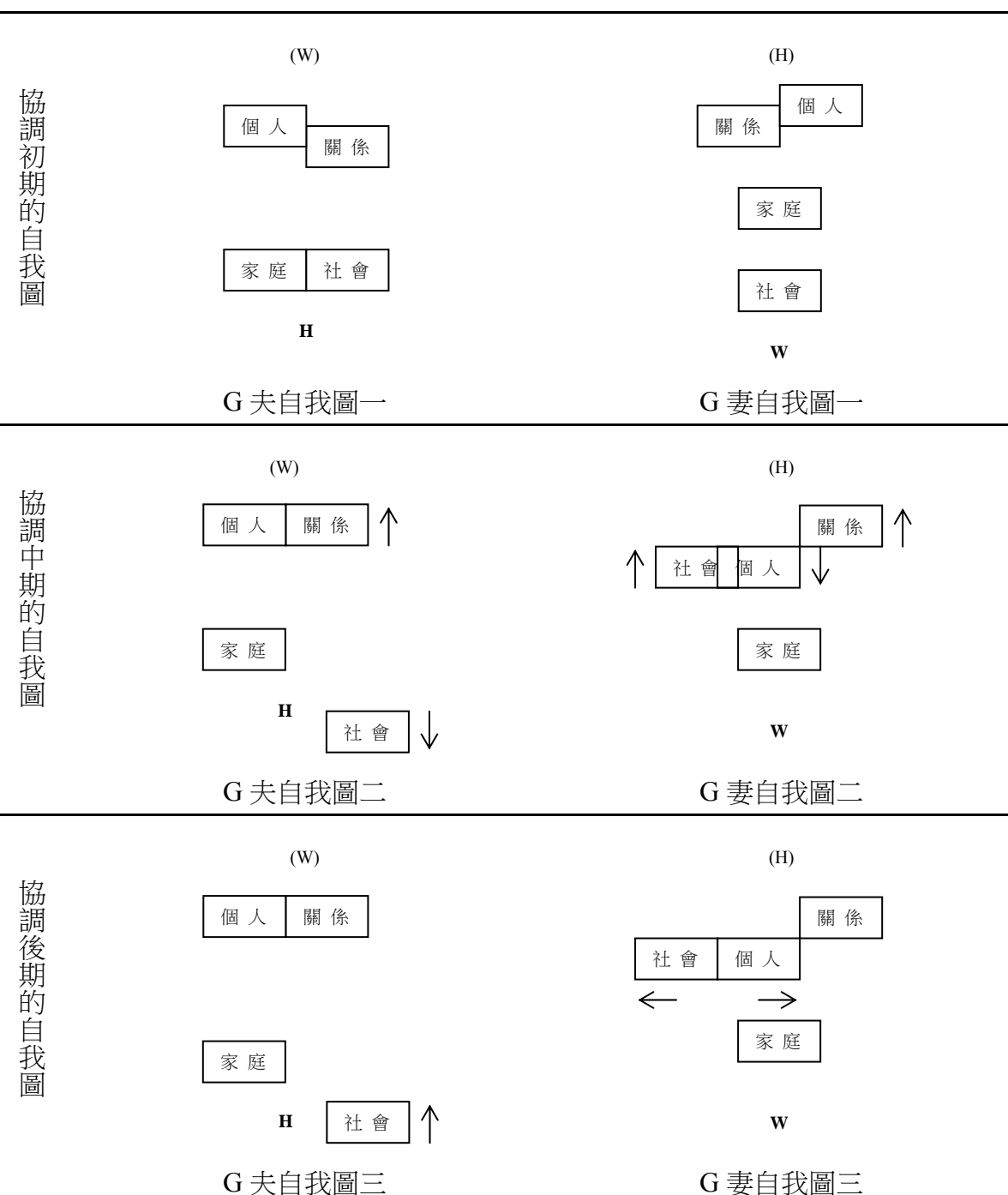


圖 4-4-5 G 對夫妻之自我圖排列及其變化

註：H 代表夫，W 代表妻。夫妻相對而坐，四個自我圖的擺放位置，愈靠近配偶的「自我」代表愈常以該自我跟配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈看重的自我；越遠離配偶的「自我」代表愈少以該自我與配偶互動，亦即在與配偶的互動中是自己愈不看重的自我。

貳、綜合五對夫妻在衝突協調歷程之內在自我狀態改變

綜合五對夫妻在夫妻衝突協調歷程中之內在自我狀態改變資料，當中有相同亦有相異之處，以下將分為「協調初期至協調中期」與「協調中期至協調後期」兩部分說明其異同。

一、五對夫妻由「協調初期至協調中期」的內在自我狀態改變

在此階段的改變中，五對夫妻幾乎都在對自我有更多覺察、對配偶及夫妻關係有更多瞭解後，做出自我圖的調整；僅 C 妻未做出自我圖調整，但同樣對自我有更多的覺察，並對配偶及夫妻關係有更多的認識。夫妻們自我調整的原因主要可分為兩大類：第一，願意照顧配偶的需求與期待（A 夫、A 妻、C 夫、D 夫、E 妻、G 夫、G 妻）；第二，更照顧個人的需求與期待（A 妻、D 妻、E 夫、G 夫），其中，以 A 妻、G 夫的調整兩種原因兼具。至於 C 妻之所以在此階段並無再做調整，是因為 C 妻的「自我圖一」已經是她長久以來為夫所做的調整，但此調整仍讓她處在內在自我衝突中，此衝突的存在讓她尚無法為關係或為自己做更多的調整。

二、五對夫妻由協調中期至協調後期的內在自我狀態改變

在此階段的調整中，有四位成員再次調整其自我圖，成為新的自我圖三；六位成員則維持自我圖二樣貌，未再予以調整。在做出調整的四位成員中，其調整的原因可分為兩類：第一，照顧配偶的需求與期待（E 夫、G 夫）；第二，配偶期待自己（調整者）更照顧自己（調整者）的需要（A 夫、G 妻）。而未再調整的六位成員，未調整的原因亦可分為兩類：第一，其自我圖二被配偶支持或接受（A 妻、D 夫、E 妻）；第二，配偶對自己（調整者）仍有期待，但自己（調整者）有所堅持或困難，故未予調整（C 夫、C 妻、D 妻）。

五對夫妻原有之內在自我衝突，在此協調歷程中，部分成員（A 夫、A 妻、C 夫、G 夫）因得以兼顧個人需求與配偶需求而得到化解，重獲內在自我的平衡；亦有因配偶的支持與協助（A 妻）或得到來自配偶的澄清（G 妻）而獲得內在自我衝突之化解。但亦有尚未獲得化解的成員，包括 C 妻表示還需要時間來感受配偶的改變，以降低自己內心的掙扎，D 妻表示協調歷程當下，改變對她而言仍是困難的；此與「婚姻關係衝突之人我協調」之諮商方法僅為兩小時之工作坊活動設計有關，個體的內在自我協調與改變原本即是一個在時間中進行的動態歷程，每個人所需要的時間都有所差異。

整體而言，夫妻從協調初期關注在衝突議題中的個人立場，在透過自我檢視與對配偶及夫妻關係更多瞭解後，夫妻開始對配偶的立場也有更多的瞭解與考量，而願意在衝突議題上做出自我狀態的調整，以照顧配偶的期待與需要。此外，夫妻也會透過對自我更多的覺察，或是配偶的鼓勵支持，增加對自我需求的照顧。而夫妻之自我調整亦有其限度，故有些夫妻仍會對自己重視的面向有一定的堅持；但在本研究中亦看到，若有困難做出調整的一方能透過自我表達讓配偶瞭解其困難何在，配偶亦多能尊重其不調整的決定，接受並尊重其現況。茲將五對夫妻在衝突協調歷程之內在自我狀態的主要改變整理如表 4-4-1，夫妻最終呈現之四個自我優先順序如表 4-4-2。

因夫妻在衝突協調中，內在自我協調與夫妻關係協調有著密不可分的交互影響，故在本章第五節「夫妻在衝突協調歷程夫妻關係的改變」裡，研究者將會再結合內在自我協調與夫妻關係協調，對夫妻之關係衝突協調歷程進行資料分析與比較。

表 4-4-1 夫妻在衝突協調歷程之內在自我狀態的主要改變

	A		C		D		E		G	
	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻
協 自 調 初 期 至 協 調 中 期 變	調整為 以關係 我為首 位，家 庭我退 為次位	持續以 關係我 為首 位，並 提高對 個人我 與家庭 我的重 視	調整為 以關係 我為首 位，家 庭我退 為次 位，但 兩者有 一半重 疊	持續維 持關係 我為 首，個 人我與 家庭我 並列次 位，未 做調整	調整為 以關係 我和家 庭我為 首位， 降低個 人需求	調整為 以關係 我和個 人我為 首位， 降低對 家庭與 社會期 待的關 注	持續以 關係我 為首 位，但 提高個 人我需 求	調整為 以關係 我為首 位，降 低個人 需求	調整為 以關係 我和個 人我為 首位	調整為 以關係 我為首 位，個 人我與 社會我 有所重 疊，並 列次位
協 自 調 中 期 至 協 調 後 期 變	持續維 持以關 係我為 首，但 在妻的 支持下 恢復對 家庭我 的重視	持續維 持前階 段調整 (得到 夫支 持)	持續維 持前階 段調整 (有所 堅持無 法再調 整，妻 給予尊 重接 納)	持續維 持前階 段調整 (有所 堅持無 法再調 整，夫 給予尊 重接 納)	持續維 持前階 段調整 (得到 妻支 持)	持續維 持前階 段調整 (有所 困難無 法再調 整，夫 給予尊 重接 納)	持續以 關係我 為首 位，但 為妻取 消了前 階段提 高個人 需求的 調整	持續維 持前階 段調整 (得到 妻支 持)	持續以 關係我 和個人 我為首 位，為 妻提高 對社會 我的關 注	持續以 關係我 為首 位，但 在夫的 鼓勵下 將個人 我與社 會我區 分開來

表 4-4-2 夫妻衝突協調後期之四個自我之優先順序

順序	A		C		D		E		G	
	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻
1	關係我	關係我	關係我	關係我	關係我 家庭我	關係我 個人我	關係我	關係我	關係我 個人我	關係我
2	家庭我	個人我	家庭我	個人我 家庭我	個人我 社會我	家庭我	個人我	個人我	家庭我	個人我 社會我
3	個人我	家庭我	社會我	社會我		社會我	家庭我	家庭我	社會我	家庭我
4	社會我 (未排)	社會我	個人我				社會我	社會我		

參、 討論

本研究之參與夫妻，在進入協調歷程之前，他們可能已經存有一套面對其衝突議題的方式，此方式代表著他們在日常生活中，因面對個人期望與配偶期望相衝突，為尋求心理社會平衡而做出的調整，但此調整可能並未真的找到一個適當的平衡位置，使內心的衝突得以化解，而是一種維繫著虛性和諧的表面適應。此呼應了陳秉華（2001，2004）在其「協調我」的概念中所提出，個體會不斷在自我需要的滿足與社會關係及角色中做出協調，目的在能夠兼顧彼此的需求與目標，但要達到這樣的人我關係協調狀態並不是容易的。

在「婚姻關係衝突之人我協調」之諮商方法的介入下，五對夫妻能在協調歷程中，增加對自我的瞭解、對配偶的瞭解、對彼此在關係中相互影響的瞭解；在此瞭解之上，讓內在自我協調能夠朝向「兼顧彼此需求」的方向做調整，在兩人的需求與期待間找出一個自己與配偶皆能接受的位置，使內在心理獲得更好的平衡，也讓夫妻關係達到一個更滿意的狀態。此歷程代表著當面臨人我關係衝突（在本研究即為夫妻關係衝突）的個體，若能增加達到人我關係協調狀態所需的心理社會能力，包含：認識自我的能力、認識人我關係的能力、及發展人我關係協調的能力，的確對於人我關係的協調具有實際的助益，支持了陳秉華（2001，2004）「協調我」的概念，及其所提出之相關心理社會能力培養的重要性。

此外，陳秉華、李素芬、林美珣，（2008）針對諮商中伴侶關係之自我協調歷程的研究結果指出，自我關注的重心，在個人自我需要與伴侶及關係需要間的移轉與兼顧，是在伴侶關係中自我協調的重要特徵；且自我協調歷程的特徵是動態的，不斷在個人及與伴侶的心理社會互動關係中，尋求新的自我與新的人我關係間的平衡；而在較能促進滿意的伴侶關係之自我協調歷程中，朝向關係促進做自我的調整是不可或缺的。

本研究五對夫妻之內在自我狀態的改變，亦呼應了此自我協調歷程與歷程特徵。大多數的夫妻在自我協調的歷程中，皆能從協調初期關注於自己在衝突議題中的立場與需求，隨著協調歷程的進行，納入配偶需求、配偶立場的考量，逐步

達到其自我協調的狀態；此協調歷程涉及每個人內在四個自我成分的不斷相互調整，調整的方向亦呈現出朝關係促進之方向前進。但夫妻之自我協調歷程亦具有個別差異，A 夫從協調初期的自我表達階段，因其表達時已聆聽完妻的自我表達，所以已納進了妻的考量及觀點，出現立場上的小轉變；其餘成員大多在協調中期排出自我圖二時，其觀點、立場、甚至表達態度已與協調初期有明顯的不同，對配偶需求有更多的關注與照顧，並延續至協調最後。當中僅 D 妻因議題並非夫妻關係衝突，而是內在自我衝突，故自我協調的歷程主要皆是為自己做的調整。

第五節 夫妻在衝突協調歷程夫妻關係的改變

本節主要介紹五對夫妻於衝突協調歷程之夫妻關係的改變，第一部分分別呈現五對夫妻之資料分析結果，第二部分為呈現五對夫妻之綜合資料比較，第三部分為討論。茲分述如下：

壹、 五對夫妻各自在衝突協調歷程之夫妻關係的改變

以下研究者將分別介紹五對夫妻在衝突協調歷程中，夫妻關係的改變。在每對夫妻中，研究者將先分析引起夫妻關係衝突的主要來源；接著，如同前一節的呈現，將夫妻衝突協調歷程分為「協調初期至協調中期」的夫妻關係改變，以及「協調中期至協調後期」的夫妻關係改變兩部分來做說明；最後部分為夫妻整體協調歷程之小結。

一、 A 對夫妻衝突協調歷程之夫妻關係的改變（可同時參考圖 4-4-1，P. 142）

（一）A 對夫妻之關係衝突主要來源

A 對夫妻之關係衝突明顯出現在兩人對「關係我」與「家庭我」之重視程度及排序上的差異，此差異又與兩人對「家庭」的概念有基本認定上的不同有關。以下先以圖像方式（見圖 4-5）呈現出 A 夫與 A 妻各自認定的「家庭」概念，再據此說明其對兩人在關係衝突及自我圖排列順序上的影響：

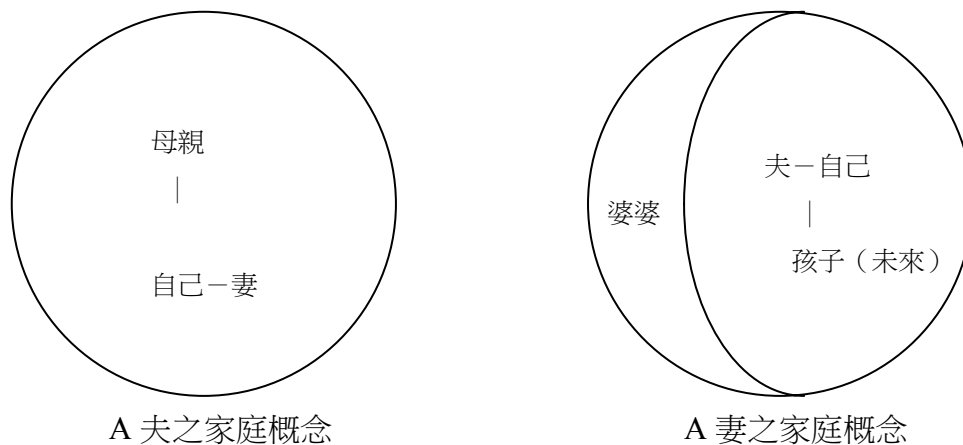


圖 4-5 A 夫與 A 妻之家庭概念比較

由圖 4-5 可見，對 A 夫而言，「家庭我」是一個同時包含母親與妻子的整體概念，並無將核心小家庭加以區隔，故在看待家中金錢的使用上，會認為無論是家庭基本開銷或給母親的零用錢，都是同樣的支出，是可相互流通的；加上夫對

母親的情感與對孝道的重視，因而認為在盡孝道的大前提下，應以滿足母親的需求為先，自己與妻子都該有所退讓犧牲。呈現於 A 夫的自我圖一（見圖 4-4-1，P. 143），即出現其將「家庭我」置於「關係我」之前的排列順序。例如他說：

A 夫：「...媽再活，也不過十年二十年，頂多大概就是這個時間...，所以我才會覺得說如果可以的話，我們就多順著她一點，...可能會委屈妳一點，我都會覺得說...這樣子應該是...理所當然的，...」〔SAH116-12、SAH116-14〕

而 A 妻對「家庭我」的認定是指包括兩人共組的「核心小家庭」，及以婆婆為主要互動對象的「夫家庭」，這兩部分對妻來說並非一體，而是有所區隔的；其中又以「核心小家庭」為主要優先的地位，「夫家庭」則為次要附屬的地位。在這樣的區隔與地位差異中，使妻自然以核心小家庭的維護為優先考量立場，並認為在有限的兩人收入裡，一旦分配給婆婆的金錢過多，就會對核心小家庭的經濟有所影響和壓縮，因而必須對給婆婆的零用錢有適度的調整與控制，以保障核心小家庭的未來。呈現於 A 妻的自我圖一（見圖 4-4-1，P. 143），即出現其將「關係我」置於首位的排列（因妻的「關係我」包含核心小家庭概念在內）。她說：

A 妻：「...我希望媽可以也為我想，現在已經不是只有她跟你【加強語氣】兩個人而已，而是我跟你，可能未來還有下一代，而不是就是只有想到她自己而已。」〔SAW110-04〕

A 妻：「我只是要求你去瞭解媽的使用金錢狀況，你就一～堆～【加強語氣】理由跟我說：因為怎麼樣所以你覺得怎麼樣，或是要求你去減少媽的零用錢，你也有一堆【加強語氣】理由說：我希望維持她的什麼什麼的，可是你好像都沒有想到我的部分，就是你老婆的狀況，而且你要想清楚，我們家的固定開支愈少，其實是幫到我們兩個，不是只有幫到我。」〔SAW115-06、SAW115-07、SAW115-08〕

在這樣不同的家庭概念及優先排序中，呈現出 A 夫「重視家庭（主要指母親）」與 A 妻「重視關係」之間的關係衝突；反應在此衝突議題上，則形成 A 夫「維護母親零用錢」與 A 妻「維護核心小家庭經濟狀況」之間的衝突。

（二）協調初期至協調中期夫妻關係的改變

就自我圖二（見圖 4-4-1，P. 143）來看，兩人皆將「關係我」置於最前，A 妻排出「兼顧個人需求與配偶期待」的自我圖，A 夫排出「照顧配偶需要與期待」的自我圖。

就互動歷程來看，在兩人皆調整到首重「關係我」的基礎上，雙方開始對彼此提供支持，釋放的善意帶動一連串好的循環。妻看到夫願將「關係我」往前移，亦很快地做出善意回應，肯定夫在金錢議題以外對自己的好，並表示夫可將「家

庭我」維持在原位，無須退後；夫則再去支持妻「個人我」的需求與決定、同理妻在「家庭我（對婆婆）」中承受的媳婦角色壓力、對妻在「家庭我（對婆婆）」的自我期許予以安慰、分享看法及期許，並表達願意在妻之「個人我」及「家庭我」的層面盡力給予協助。例如他們說到：

A 妻：「其實你平常除了用錢的那個部分比較糟糕，會縱容媽之外，其實其他的部分你關心我的程度還是比媽多啊！」〔SAW217〕

A 妻：「我是覺得撇開這個 issue 之外，你要讓媽感受到我們的溫暖【笑】，所以，不一定要往後啦！你可以維持啦！」〔SAW219〕

A 夫：「我也希望說她（妻）不要因為結婚之後就放棄掉一些自我的東西，當然這東西或許有些會有衝突，但是我希望如果她（妻）也希望朝這個方向（追求個人目標）來做的話，我覺得我可以 support 的我一定會盡量 support...」〔SAH173〕

A 夫：「...我覺得今天身為人家一個媳婦的人，那種壓力可能不是我可以理解的，她（妻）自己感受到那樣的東西（媳婦角色的壓力），我相信她（妻）會找到一個出口去把這個壓力做一些調整跟釋放，當然我在旁邊的人我能夠 support 的部分、能夠該做一個好的橋樑的部分，我也會繼續扮演那個角色，把該做的事做好。」〔SAH179-04、SAH179-05、SAH179-06〕

（三）協調中期至協調後期夫妻關係的改變

就自我圖三（見圖 4-4-1，P. 143）來看，兩人仍將「關係我」置於最前，夫在妻的支持與體諒中將「家庭我」位置提升；妻維持其兼顧個人需求與配偶期待的自我圖二，未再做出調整。

就互動歷程來看，在此階段中，夫妻二人帶著前兩階段所累積的自我瞭解、相互瞭解、及來自配偶的善意支持，持續在此階段往關係協調的目標前進。夫在瞭解的基礎上持續給予妻完全的支持，認為妻在個人、關係、家庭三者間都有所努力且力求平衡，這樣就已經很好，並無期待妻再做出調整。妻則受到夫將「關係」移至首位很大的影響，有更多的能量與意願去照顧、支持夫之「家庭我」，並關心夫之「個人我」；夫感受到妻的心意，欣慰之餘亦帶動夫之改變。

（四）小結

協調初期，兩人皆處在面臨內在自我衝突與夫妻關係衝突的狀態；夫妻關係衝突之來源主要為兩人對「關係我」與「家庭我」之重視程度及排序上的差異，先生重視對母親的孝順，而妻子重視夫妻關係與核心小家庭的利益。透過協調歷

程，二人在「以夫妻關係為首」上取得了一致性。在此基礎之上，夫對母親盡孝的心意得到妻的支持，妻並願意與夫一同在孝順上有所作為；妻對個人目標的追求亦得到夫的支持，並願意給妻盡可能的協助。顯示夫妻二人皆在更相互瞭解的基礎上為彼此做出調整，更名為配偶的處境或所關注的面向著想。透過此協調歷程，夫妻在各自之內在衝突與夫妻關係衝突上都重新獲得平衡，達到內在自我與夫妻關係的協調。

二、 C 對夫妻衝突協調歷程之夫妻關係的改變（可同時參考圖 4-4-2，P.145）

（一）C 對夫妻之關係衝突主要來源

C 對夫妻之關係衝突主要源自於兩人對「關係我」與「家庭我」之重視程度與排列順序上的差異。在夫的自我圖一中，雖其將「關係我」與「家庭我」並列第一，但妻主觀感受到夫一直以來的排序為原生家庭第一，夫妻關係第二，且夫在四個自我的表達中，亦呈現出對「家庭我」的極高重視，其他三個自我的表達皆離不開「家庭我」的內涵；然而，妻則是將「關係我」放在最優先的位置，不僅最重視夫妻關係，其他自我的呈現亦皆是受到「關係我」的左右——「家庭我」係因「關係我」而被提前，「個人我」係因得不到「關係我」滿足才被選擇；兩人的四個自我狀態，呈現出夫極重視「家庭我」與妻極重視「關係我」的強烈對比，關係衝突即來自於妻對夫太重視原生家庭，而將夫妻關係置於次位的不滿（妻所主觀感受到的）。

C 妻：「我真的蠻希望兩個人的關係或相關的活動能夠多一點，不過很明顯的當敵消【指家庭我】，我才能長嘛【笑】，敵長我消啊【笑】，每次都是敵長，我當然會覺得說很那個（不開心）啊」〔SCW167-04、SCW167-05〕

而兩人在自我排序的差異和衝突，亦與其家庭觀、婚姻觀有連帶的相互影響。在夫的觀念中，家庭為婚姻關係的基礎，他期待營造一個和諧的家庭氣氛、緊密的家庭網絡，而婚姻關係則是含納在這樣好的家庭關係基礎中，才能有更好的發展；但在妻的觀念中，認為夫妻兩人的關係才是婚姻的基礎與婚姻最基本的狀態，專注於彼此的互動才能發展好的夫妻關係，與大家庭的和諧關係是分開的、有區別的。兩人在家庭觀與婚姻觀上的基本差異，亦是形成其關係衝突的重要原因。他們各自的表達如下：

C 夫：「從認識妳到兩人交往、結婚，無非也是希望家庭是和諧的，沒有後顧之憂的，這樣兩個人關係應該是更能在這個基礎往上走，...(略)，我一直希望就是和諧的家庭，我們的關係也能夠在和諧的氣氛中更好。」〔SCH133-04、SCH133-05〕

C 妻：「我會希望我們兩個的關係是先...就是多我們兩個相處的時間，兩個人互

動啊，兩個人相處啊，那個才是婚姻最基本的兩個人的狀況，而不是每次都必須要在家庭的和樂，然後再來那個（談兩人關係），我就非常不能夠接受這樣的一個說法。」〔SCW177〕

（二）協調初期至協調中期夫妻關係的改變

就自我圖二（見圖 4-4-2，P.145）來看，C 夫為妻將「關係我」往前移，C 妻此階段則無法再做出調整。雖妻未做調整，但此時已呈現出兩人皆將「關係我」置於首位的樣貌。而特別的是，夫在圖形上的調整儘管讓妻感到驚喜，但她對於實際上夫是否真的會做出改變仍有很大的不確定感，抱著半信半疑的態度。

就互動歷程來看，二人一開始先針對妻無法再做更多調整進行討論，並找出從自我圖一-2 到自我圖二，兩個相同的圖中可能存在的不同內涵，從討論中雙方皆表露出更多過往彼此在互動上未言說的擔憂，並看到兩人在互動上的因果循環。夫因受到妻協調初期內在真實感受表達的帶動，在此階段做出更深層的自我表露，也因對妻有更多的放心而將「關係我」移至首位，並直接表達對妻的看重和喜愛，妻對此感到開心。他說：

C 夫：「其實原來並不是沒有（重視關係），自己內心擺得還是很重，（但）讓對方（妻）看到的（我的表現）會覺得講到這個（夫妻關係），也會拿這個（家庭）來提一下。其實我內心也知道這老婆很好，對我也很好，我也很喜歡她。」〔SCH421、SCH422、SCH426〕

C 夫：「老婆我其實把你看得很重！【笑】【妻笑】」〔SCH430〕

（三）協調中期至協調後期夫妻關係的改變

夫妻兩人於自我圖三（見圖 4-4-2，P.145）皆未再做出排列上的調整，以下就兩人之互動歷程來看關係協調的發生。

此階段的協調中，夫妻雙方皆堅持自己自我圖二的排列，未接受配偶的期待再做出排列上的調整。針對妻的自我圖二，夫仍感其「個人我」太強，期待妻再往後退一點，妻則強調那是她的「退路」、「安全感的窩」〔SCW477〕，不願意退後；雙方經過進一步的討論與澄清後，妻最終願意在夫最重視的「態度」上有所調整，以關照夫妻關係的表達方式取代夫認為其個人我過強的表達方式。而針對夫的自我圖二，妻表達希望夫的「家庭我」與「關係我」不要重疊（即家庭我再往後退一些），夫解釋就現階段而言，兩者一定會有相重疊之處，不可能完全分開，最終妻接納夫目前狀態，覺得夫這樣的改變她應該已經要感到滿足。協調歷程在雙方做出具體行為的承諾與相互回饋感謝中結束。

(四) 小結

協調初期，兩人皆處在面臨內在自我衝突與夫妻關係衝突的狀態；夫妻關係衝突之主要來源為兩人對「關係我」與「家庭我」重視程度及排序上的差異，夫重視對家庭的照顧與母親的孝順，妻重視夫妻間的情感關係而需要兩人獨處的時間空間。透過協調歷程，二人在「以夫妻關係為首」上取得了一致性，夫承諾妻會對夫妻關係有更高的重視，讓妻對自己在夫心中的地位感到安全、放心；妻則承諾會在與夫的溝通態度上更為柔和，多做親密情感的表達。但夫希望妻再減弱對個人的重視，妻希望夫再減弱對家庭的重視，而兩人皆有所堅持未做更動。此歷程顯示兩人在更相互瞭解的基礎上，都有願為配偶調整之處，也仍有自己堅持保留之處，但最終都能相互尊重，接納配偶不調整的決定。透過此協調歷程，夫妻在各自之內在衝突與夫妻關係衝突上有更好的平衡，夫之內在自我及夫妻關係皆達到協調，妻之內在自我衝突雖有減弱，但能否化解她表示還需要時間觀察。

三、 D 對夫妻衝突協調歷程之夫妻關係的改變（可同時參考圖 4-4-3，P.147）

(一) D 對夫妻之關係衝突主要來源

D 對夫妻在此議題上的差異，可由兩人所排列出的自我圖一清楚呈現。D 妻把家庭與社會的期待放在首位，對個人想法與夫妻關係幾乎不予考量；D 夫則正好相反，將個人發展與夫妻關係置於最前方，對家庭與社會的聲音顯得相當不在意。如本節一開始所述，此議題的性質原本較不屬於夫妻衝突，而是妻本身對此議題有許多內在感受及矛盾，承受來自家庭與社會的關心和壓力，夫則抱持著一同來瞭解與協助妻之處境的立場。但在活動進行的互動過程中，兩人的確因為思考與關注點上的不同步，而讓彼此之間有一些小衝突和不滿發生：

對妻而言，她感受到自己如此關注的生育議題，夫顯得並不在乎；面對夫認為她太受社會期待的左右很傻、去做社會比較無意義，亦讓她覺得夫無法瞭解她的處境與感受、否定她的問題與煩惱。妻希望能被夫瞭解，也希望夫在態度上不要那麼的無所謂。例如他們說到：

D 夫：「去煩這些事情（社會期待、社會比較）很沒意義，很無聊，浪費力氣。」

〔SDH145〕「所以...關係我裡面，換過來有點變成是在罵妳怎麼那麼傻，老是拿這件事情來煩自己。」〔SDH148〕

D 妻：「...因為上手術台（指流產事件）的人不是你啊【擤鼻聲，5 秒】，所以你不會知道我的想法、我的感覺【聲音漸小，哽咽】...」〔SDW237-01〕

對夫而言，他則認為雖然生育議題非他所關注，但是妻在生育議題上的壓力

感受與面對壓力的方式已成為夫的壓力和擔憂，他希望妻能以照顧身體為先，不要那麼受到他人期待左右，這樣他也會比較輕鬆與放心。然而，當夫表達出自己這樣的立場與期待時，妻會感覺自己遭到指責與否定，使得夫覺得要去回應妻的壓力和煩惱其實是一件很累的事，夫對此感到無奈。他們說到：

D 妻：「反正講來講去就是我的身體不夠好啊，就好像問題都在我身上...」
〔SDW314、SDW315〕

D 夫：「當我們講實際情況的時候，妳會覺得有被指責的感覺，我這邊的感覺是，我並沒有要指責妳或是怪妳，我是表達很正向的期待要妳健康，希望妳不管有沒有要懷孕生小孩，人總是越健康越好啊！但是妳都會把它歸類成那樣子（被指責），那我覺得說跟妳講什麼都很累，因為妳都有點是要演那個腳本，被指責的腳本，我覺得這樣跟妳講好像是白講了。」〔SDH254-01、SDH254-02〕

（二）協調初期至協調中期夫妻關係的改變

就自我圖二（見圖 4-4-3，P.147）的改變來看，「關係我」皆被兩人移至第一位。在夫方面，與「關係我」並列首位的是「家庭我」，意指將為妻更投入與家庭的互動，代妻回應來自家庭的生育期待，而「個人我」的退後與「社會我」的移前亦皆為對妻、對兩人關係的照顧。在妻方面，與「關係我」並列首位的是她為照顧自己移前的「個人我」，「家庭」與「社會」在照顧自己與夫妻關係的期盼下相對退後，而妻對個人與夫妻關係更多的照顧亦是夫所樂見。

就互動歷程來看，D 妻透過聆聽自己內在的聲音，感受到自己力量微弱但卻嚮往的「個人我」與「關係我」需要，因而做出排列上的改變。因此議題主要為妻的困擾，而非兩人關係上的衝突，故妻所試圖做出的改變，是為自己做的內在自我協調，而非為夫妻關係衝突所做的調整；但實際上，妻真正進行的「協調」成分亦小，當下狀態仍較多停留在「期待」的層次，覺得自己「做不到」〔SDW281、SDW287、SDW295-01〕。D 夫則在更能感受妻所承受的壓力後，為妻做出調整，願意以「關係我」為其首要關注，在他可接觸的範圍內，換由他來面對、回應外來的詢問與期待，以減少妻在此議題上所承受的壓力。妻對夫此階段所做之調整表達開心與感謝，夫則認為其實「回應外來的詢問與期待」只是表面的問題，他更關心的是妻的身體狀況，希望妻「務實一點」〔SDH250-01〕，以養好身體為先；然，夫在表達上太快由關心與擔憂轉到建議與分析，使妻又出現被指責的感受。妻亦在此階段協助夫區辨怎樣的話她聽起來是令人舒服的關心，怎樣的話她聽起來就會變成指責。

（三）協調中期至協調後期夫妻關係的改變

夫妻兩人於自我圖三（見圖 4-4-3，P.147）皆未再做出排列上的調整，以下就兩人之互動歷程來看關係協調的發生。

此階段一開始，D 夫針對 D 妻之自我圖二表達期待，希望妻的「社會我」可以再退後，在朋友問到此事時，可以切出自己的界線，在與同事的互動上去開關更多的話題，而不是一直圍繞此事上。面對夫的建議，妻仍停留在希望夫瞭解其處境的相關陳述中，試圖要讓夫瞭解她的困難，因她所面臨的社會情境與社會對一個結婚女人的評價，都不是夫所瞭解及需要承擔的。而這樣的互動，讓夫發現妻其實並不期待被改變，或是去解決問題，妻亦清楚表達她只是需要被聆聽與被瞭解，夫因而接受妻現在的狀態，願意以瞭解取代建議和改變。

妻對於夫的自我圖二沒有認為需要再調整之處，對夫的期待則如上所述，希望夫瞭解其處境與感受，此部分夫接受；妻亦希望夫對此議題不要表現得那麼無所謂，夫則在表達了自己的內在感受後，讓妻知道自己並不是完全不在意，只是認為沒有嚴重到妻所感受的程度。兩人的協調歷程在最後各自表達對自己的新發現後告一段落。

（四）小結

因此議題並非 D 對夫妻之衝突議題，是妻對生育存有許多內在感受與矛盾，對其生活和情緒造成影響，故協調初期，僅妻處於內在自我衝突狀態。透過協調歷程，二人在「以夫妻關係為首」上取得了一致性，夫在更瞭解妻的處境與妻在關係中的需求後，願意為妻更投入與家人的互動，代妻回應家人的詢問與關心；妻則是在自我拉扯的矛盾中為自己訂出理想的調整目標，將個人狀態與夫妻關係做為首要考量，而妻對自己身心狀態的照顧實為夫所樂見。整體而言，兩人在此議題達到「重視夫妻關係與個人狀態，減少家庭與社會影響的共識」，但對妻而言尚有改變的困難，夫最後接受妻的狀態，以瞭解與關心取代試圖要妻做出改變。

四、 E 對夫妻衝突協調歷程之夫妻關係的改變（可同時參考圖 4-4-4，P.149）

（一）E 對夫妻之關係衝突主要來源

夫妻兩人雖對生育議題存有不同觀點，在關係互動上，「個人我」與「關係我」的排列順序也不相同，但這些皆不是造成兩人關係衝突的根本原因。兩人之關係衝突的主要來源，在於妻強度甚高的「個人我」，在互動位置上的堅持與不退讓，對自己、對夫、及夫妻關係帶來的影響。

因 E 妻的「個人我」強度高，且其個人需求的滿足必須要夫放掉其個人需

求來滿足她，而中間甚少有可以討論的空間；一旦妻感覺到夫沒有辦法完全地配合，就會感到生氣或難過，即使夫最終的行為結果是配合的，但妻仍會對歷程中的不配合無法釋懷或諒解。以此衝突事件而言，當夫表示想要去唱歌，即使夫只是在詢問妻的意見，或覺得時間還早，唱一下就回去，但對妻而言，夫已經不配合、破壞她原本的計畫了。妻因自身的「個人我」強度高，使她在夫妻關係中很容易感受到「夫無法全然配合自己（妻）」而出現不滿、沮喪、或失落的心情。

對 E 夫而言，妻面對關係衝突的處理態度，讓他覺得「只有自己（夫）在為關係做努力」，因而感到挫折與失望。夫表示自己願意在關係衝突中，放下自己的個人需求，成全妻的個人需求，這是他對夫妻關係的照顧；而他希望當他已經去滿足妻的個人我後，妻也能照顧到夫妻關係，緩和下來，不要再繼續爭執。但他發現妻並沒有在他做出退讓時，也一起為關係和諧做努力，而是持續擴大自己的個人我，讓衝突無法收拾、無法達成協議；而這樣的衝突結果又會對未來造成影響，讓同樣的衝突在下一次仍有發生的可能，且在妻同樣的態度下又陷入一樣的互動模式，夫妻關係一直卡在同一個難關，夫認為這是兩人關係無法改善的原因，表達中隱含了對妻在關係衝突中表現態度的不滿與不苟同。他說：

E 夫：「感覺是...因為我的部分調整了，但是關係還是沒有比較好。」〔SEH082〕

（二）協調初期至協調中期夫妻關係的改變

就自我圖二（見圖 4-4-4，P.149）的改變來看，E 妻在此階段為夫妻關係做了很大的調整，將自己極為重視的個人需求減弱，願意開始以夫妻關係為其最優先的考量，E 夫則希望自己比過去更重視個人需求，但仍願意以夫妻關係的考量為優先。兩人各自調整後的自我圖二，在四個自我上呈現一致的順序：關係我→個人我→家庭我→社會我。

就互動歷程來看，妻意識到自我調整的必要，體認到自己也需要為夫妻關係的維繫負一份責任，改變了原本較為強勢的互動姿態；其對夫的同理、對自己的自省，讓夫覺得自己對夫妻關係的付出被配偶看到、瞭解，也帶動夫在互動態度上出現轉變，從原本多次出現類似「結婚並沒有比較好」、「幹嘛要結婚」〔SEH010、SEH015、SEH018、SEH075-03、SEH079-06〕的質疑，並在聆聽態度上較為消極冷淡，使妻兩度因覺得夫不想聽而情緒低落、短暫落淚，轉變為更積極的聆聽與回應，甚至在妻自責自己無法做到為夫妻關係犧牲個人需求時，回應妻「所以夫妻嘛！就是配合的剛剛好【笑】」〔SEH121〕，與先前「結婚並沒有比較好」的表達，在互動意義上有明顯的轉變，前者隱含的是對婚姻的失望，後者則是對彼此狀態的接納。雙方對於彼此在此階段所做出的調整，皆給予正面的支持和回饋；對於兩人在四個自我的順序上呈現一致，兩人亦感到喜悅。

特別的是，面對夫將「個人我」稍往前移，「關係我」稍往後移的改變，妻

在表達支持、也期許自己可以多給夫一些個人空間後，卻又感覺這當中的不容易而哭了。她一方面願意支持夫多去自我探索，對其個人需要有更多的瞭解與照顧，一方面卻又很真實的感覺到夫「個人我」的提升對兩人關係是有所影響的，她可能不再像過去那樣擁有「專用的」〔SEW138-04〕關係中的被禮讓權，妻在此時反而陷入了內在的自我衝突。

E 妻：「【哭】...要做這樣（想擁有關係中的被禮讓權又想給夫個人空間）真的很不容易！...，可是你總要有機會去探索去改變...」〔SEW188、SEW189〕

（三）協調中期至協調後期夫妻關係的改變

就自我圖三來看（見圖 4-4-4，P.149），夫為妻再做出「個人我」與「關係我」的調整，妻則維持原狀，未再更動。兩人最終所呈現之「協調後的自我圖」，接續前階段兩人在四個自我優先順序上的共識，皆以「關係我」為第一優先，「個人我」次之，「家庭我」第三，「社會我」第四。

就互動歷程來看，夫因妻前一階段尾聲出現的情緒變化與內在衝突，讓夫自己做出了自我圖三的調整，將「關係我」與「個人我」調整回原來的位罝；他認為如果自己的「個人我」往前是會讓妻感到痛苦的，其實調回來對他來說「根本沒什麼」〔SEH173-02〕，但亦表示「只是有時候會需要一些調整期或者是做一些發洩之類的」〔SEH173-03〕。妻之自我圖二則在夫的支持下維持原貌，夫表示他知道此調整對妻而言並不容易，但至少可以當作一個目標、彼此的共識，讓雙方在這樣的共識中往同一個方向努力，妻對此亦表示同意。最後，兩人共同討論出願意為配偶所做的一項行為改變承諾，並在表達對自己、對配偶未來持續成長的期許後，協調歷程告一段落。

（四）小結

協調初期，兩人皆處於夫妻關係衝突的狀態；夫妻關係衝突之主要來源為妻強度甚高的「個人我」，在互動立場上的堅持與不退讓，使得已為夫妻關係做出退讓的夫，因看不到關係的改善而落入對關係的失望，也停止了善意的回應。透過協調歷程，妻在更瞭解夫的處境與付出後，為夫與關係做出自我調整；夫則是在感受到自己的辛苦後，為自己做出調整，但稍後又因感受到妻的矛盾痛苦，主動再為妻調整回原本的狀態，但心境上因自己的付出被妻瞭解、也看到妻有心為關係做努力，而已經有所不同。E 對夫妻之協調結果不僅在「以夫妻關係為首」上取得一致性，更在四個自我之先後排序上達成了一致性。兩人皆對未來關係的成長願意努力，並抱以期待，夫妻關係衝突重新獲得協調與平衡。

五、 G 對夫妻衝突協調歷程之夫妻關係的改變（可同時參考圖 4-4-5，P.151）

（一）G 對夫妻之關係衝突主要來源

G 對夫妻所討論之衝突議題為一偶發事件，在兩人平日的相處中，雙方都是重視夫妻關係的，且已由日常生活或過往衝突經驗建立起一些溝通協調方式或默契，而此衝突事件之所以發生，在於平日重視夫妻關係的兩人，因一些未明說、未澄清的原因，使得雙方在當下皆變為「個人我」最突出所致（包含被配偶認為自己的「個人我」最突出）。這些原因包括了：兩人對玩笑拿捏的標準不同、兩人過往不同經驗帶來對詞語不同的感受和認知、妻未說出欲增進性關係的本意使其不被夫所瞭解、夫未說出的家庭過往經驗影響夫在事件中的情緒反應。對妻而言，其初衷是為了增進夫妻親密關係，但所選擇的方式正好不適合夫的狀態、認知、與經驗，而被夫認為是只顧自己的「個人我」（只為了自己好玩）；對夫而言，他一直希望自己盡量以「個人」和「關係」並重的方式與妻互動，但因自己當下的狀態不好，「個人我」就會比較突顯，而對妻的玩笑感到不悅、不易承接。

此外，妻原本個性中的「個人我」是弱的，使其一旦與夫發生衝突，夫突顯的「個人我」會讓她出現有口難言的狀態，覺得「我說不過你，我說不贏你，可是我心裡是有想法的」〔SGW030-02〕；而妻的「個人我」與「社會我」是有所結合的，這亦讓妻需要藉助「社會我」的力量才敢為「個人我」發聲，表達對自己的肯定或是對夫的不滿，但這樣的表達方式並不為夫所接受。例如在此衝突事件中，夫對於妻拿朋友發生的例子來與他比較感到不悅，認為別人的實際狀況他們並不瞭解，不能拿來比較和討論，兩人的衝突不要把別人的經驗扯進來。妻之「個人我」聲音出不來，成為她面臨衝突情境時的困境，彷彿自己只有被指責的份，說到最後都是自己的錯。她說：

「平常因為○○（夫名）的分析能力，他的邏輯，他的說話速度，真是蓋過了我，我滿腹的想法，我說不出來，我說不贏他，變成我都好像是理虧了。」〔SGW096-02〕

（二）協調初期至協調中期夫妻關係的改變

就自我圖二（見圖 4-4-5，P.151）來看，G 對夫妻特別之處在於他們所排出的自我圖二，一方面是他們自我期許的樣貌，一方面反而更接近他們平日的樣子；換言之，G 對夫妻在平日的相處中，兩人都已盡量照自己的期待與配偶互動。因此，從自我圖一調整為自我圖二，對兩人而言都顯得自然、不困難，僅是從特定衝突事件中的樣貌回復到兩人平日的樣貌而已。

就互動歷程來看，兩人對其圖形的說明解釋，同時就是對彼此善意訊息的流露，此為 G 對夫妻另一特別之處。夫先對自己的調整做出說明，讓妻瞭解他內

心是希望「個人我」與「關係我」並重，同時照顧個人和夫妻關係的，因未控制好自己，所以讓「個人我」變得突出，那並非他所想要的；輪至妻發言，妻一開口便表示因為夫對自己（妻）很好，所以她一直都願意將夫放在第一位，與她過去別的感情經驗中的排序是不同的。雙方對彼此的調整及表達皆覺得感動，但夫對妻看重夫妻關係（關係我）勝於她自己（個人我）的排列並不支持，夫認為兩者應一樣重要。

（三）協調中期至協調後期夫妻關係的改變

就自我圖三（見圖 4-4-5，P.151）的改變來看，兩人皆在配偶的建議與期待中，對自我圖二做出適度的調整，讓彼此最終的自我圖盡量更接近、更符合雙方的共同期待。

就互動歷程來看，首先，妻期待夫在部分場合可提高對「社會我」的重視（例如與妻之師長同學的聚會），夫願意調整，但也解釋某些情況會出現的困難，並表示自己「盡力了」〔SGH098-05〕，當妻發現其中存在著兩人個性上的差別時，妻亦表示尊重夫所能做到的程度。夫則希望妻可以提高對「個人我」的重視，使之與「關係我」同在第一位，原因在於夫認為要照顧好夫妻關係，一定要先照顧好自己，否則關係也勢必受到影響。然而，妻在此部分的調整遇到困難，因妻的「個人我」與「社會我」是連在一起的，她表示一來她不曉得自己單純的「個人我」是什麼，如果往上調，「社會我」也會跟著走，但她知道這並不是夫期待的狀態；二來在此次的衝突事件中，妻難得的個人展現卻帶來夫妻關係的衝突，亦讓妻對提高個人我感到害怕。但妻表示，她並非不願意改變或覺得無法改變，而是希望夫能幫她一同想辦法，協助她做出改變。最終在夫的協助中，妻得以做出一些個人與社會的區辨；夫對妻的期待在討論中被分為兩個步驟，一為把「個人我」和「社會我」分開，二才能將「個人我」往前提；夫接受妻先就第一步驟盡量調整，第二步的改變則還需要時間。

（四）小結

協調初期，兩人處在夫妻關係衝突的狀態，亦有各自面臨的內在自我衝突。其關係衝突的發生，在於平日皆重視夫妻關係的兩人，因一些未明說、未澄清的原因，使得雙方在事件當下皆採取個人我的立場與配偶互動，忽略了對關係的照顧。透過協調歷程的相互澄清與瞭解，雙方在更瞭解彼此於衝突事件中的狀態後，皆自然回到兩人原本就重視夫妻關係的平日樣貌，其內在自我衝突與關係衝突也恢復了平衡；接著，兩人再在配偶表達的期待中，做出自我調整的努力。此顯示二人在「以夫妻關係為首」上取得了一致性，而夫認為照顧好個人為照顧好夫妻關係之本，因而對個人我有同等的重視，並期待妻也能朝此目標邁進，妻亦

願意朝此方向做努力，但需要時間慢慢學習與調適。

貳、 綜合五對夫妻在衝突協調歷程之夫妻關係的改變

一、 夫妻關係衝突主要來源

比較衝突議題背後之「夫妻關係衝突來源」，五對夫妻有相同之處亦有相異之處。A、C、D 三對夫妻之關係衝突皆源自雙方在四個自我之排序與重視程度上的差異。其中，A、C 兩對夫妻皆呈現出「夫首重原生家庭，妻首重夫妻關係」的衝突樣貌；D 對夫妻呈現出「夫重視個人發展與夫妻關係，妻重視雙方家庭與他人期待」的差異，D 對夫妻過去雖並未因此產生明顯衝突，但在協調歷程中引發的小衝突仍與此相關。

E、G 兩對夫妻之關係衝突並非源自四個自我的排序差異，而是來自其中一方或兩方之「個人我」強度過高。E 對夫妻中，妻強度甚高的「個人我」，在互動立場上的堅持與不退讓，使得已為夫妻關係做出退讓的夫，因看不到關係的改善而落入對關係的失望，也停止了善意的回應，為衝突主因；G 對夫妻則是在偶發的衝突事件中，因一些未明說的原因，導致雙方在當下皆採取個人我的立場與配偶互動，忽略了對關係的照顧而產生衝突。

二、 夫妻關係衝突協調歷程

比較五對夫妻在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法中所出現的衝突協調歷程，有相同／相似之處，亦有相異之處；以下將分別就「整體協調歷程」與協調歷程中「四個自我的展現」二方面說明其異同：

（一） 整體協調歷程

透過五對夫妻雙方在四個自我的排列與調整，研究者發現他們都透過「內在自我協調」以及「夫妻關係協調」兩種歷程逐步達成兩種平衡。「內在自我協調歷程」指的是：就夫妻各自而言，他們須於內在達到「滿足自我需要」及「照顧配偶需要」之間的平衡；「夫妻關係協調歷程」則是指夫妻兩人須達成雙方需要之間的平衡。此兩種協調歷程是交相影響、環環相扣、密不可分的，目標皆朝向達成衝突協議、關係平衡、並促進更好之夫妻關係的方向前進。這亦顯示出這五對夫妻關係衝突協調的共同特性，不僅在化解個人內在自我衝突，也在化解夫妻之間的衝突，在內在自我與夫妻關係中都朝向達到比較滿意的協調方向進行。

（二） 夫妻於協調歷程中四個自我的展現

若以個人內在四個自我之面向，來看夫妻在協調歷程中的展現，亦可發現當

中的相同與相異，以下將分別就個人我、關係我、家庭我、社會我四個自我面向陳述其異同：

1. 個人我

就「個人我」的展現來看，五對夫妻幾乎都願意為了關係協調，做出不同程度的個人我退讓或調整，依型態可分為五種：1.「原本已退讓，並持續至協調結束」：A 夫、C 夫、E 夫、G 妻皆屬此類，其中 A 夫、C 夫之個人我無特別需求；E 夫有需求但願意退讓；G 妻因有感夫的好而甘於退讓。2.「透過協調做出個人我退讓」：D 夫、E 妻皆透過協調減弱原本對個人目標及需要的追求和關注。3.「視不同情況有所退讓／不退讓」：C 妻在夫妻關係中願做個人我退讓；在家庭關係中則有所堅持無法退讓。4.「原本退讓，透過協調希望更重視」：A 妻、D 妻透過協調提升對個人我的關注，但仍以關係考量為先或與關係同等重視。5.「保持對個人我之重視」：G 夫持續將個人我置於首位，與夫妻關係同等重視。

此外，五對夫妻亦多數呈現出「鼓勵／樂見配偶重視個人我」的樣貌，例如：A 夫、A 妻、D 夫、E 妻、G 夫皆期許或支持配偶更照顧個人需求，但不同配偶的回應不全然相同（A 夫仍自認無需求；E 夫仍願以妻為重；G 妻則尚有困難區辨與提升個人需求）。唯獨 C 夫對妻之「個人我」較不支持，希望妻可再降低其個人我強度，因覺得妻的個人我較強對夫妻關係會有負面影響。

2. 關係我

就「關係我」的展現來看，五對夫妻之共通性在於每個人原本就對「關係我」有一定程度的重視，同時也期待配偶的重視；經協調後，亦呈現出雙方皆將「關係我」置於首要考量的結果。

在此共通性之下，五對夫妻間仍有些微差異：A 妻、C 妻、E 夫始自協調前即已將「關係我」置於首位，協調歷程中也持續堅持此排列序位；而 A 夫、C 夫、D 夫、D 妻、E 妻、G 夫、G 妻則皆在第一次的自我圖調整時，將「關係我」移至首位，也持續堅持至協調最後。此歷程顯示出每對夫妻都透過對夫妻關係更多的照顧、將關係視為最優先的考量，達到與配偶間的關係協調狀態。

3. 家庭我

就「家庭我」來看，特別之處在於五對夫妻的異同首先出現在他們對「家庭」的指涉意涵，而此意涵再影響他們各自於家庭我方面做出的協調。A 夫、C 夫、C 妻、D 夫、D 妻皆將家庭視為「傳統華人之家庭系統」，前三人又特指「夫之原生家庭」，後二人則指「雙方原生家庭」。在此意涵底下，A 夫、C 夫、D 妻皆表現出對家庭我的重視，也期盼得到配偶的重視（D 妻除外）；而 C 妻、D 夫則對家庭我的重視程度有限，也希望配偶不要太過重視。

A 妻原視家庭為「核心小家庭」，後改為「夫之原生家庭」，並對兩者做明顯

的劃分，其重要性以前者為先。E 對夫妻在討論中即表示對「家庭我」指涉為何不甚清楚，因而在雙方原生家庭與核心小家庭上皆有所談論。妻以「核心小家庭」的談論最多，夫則呈現出對原生家庭重視、對核心小家庭缺乏想法但希望補強的樣貌。G 對夫妻將之視為夫妻各自的「原生家庭成長經驗」，兩人皆希望摒除不好的成長經驗影響，但仍無法全然避免。

4. 社會我

就「社會我」的展現來看，五對夫妻之在意程度多數偏低，A 夫、A 妻、C 妻、D 夫、G 夫之「社會我」一直位居末位，E 夫亦在第一次調整後，將「社會我」移至最後。此排列顯示出絕大多數的夫妻在其衝突議題中，較不受社會他人之想法、期待的影響。

然，D 妻、E 妻與 G 妻三人在「社會我」有不同於其他人的展現。D 妻、E 妻皆在意社會期待與社會比較，但自許可擺脫其影響；G 妻則將「社會我」與「個人我」結合，重視他人眼光，並已內化他人標準為自我標準，難以區分。其中，因 D 妻與 G 妻對社會我的在乎，D 夫、G 夫亦做出將「社會我」稍往前移的調整，以回應妻之需要。

三、 夫妻關係衝突協調結果

比較五對夫妻之關係衝突協調結果，可以發現五對夫妻的共通點，在於均透過協調呈現出「夫妻雙方皆首重關係我」的最終狀態。此協調結果意味著他們皆願意在衝突議題上，以夫妻關係為最優先的考量。在此共通點下，五對夫妻之些微差異在於其關係我可能是單獨列於首位（A 夫、A 妻、C 妻、E 夫、E 妻、G 妻）、與其他自我並列首位（D 夫為與「家庭我」並列；D 妻、G 夫為與「個人我」並列）、或與其他自我有相重疊（C 夫與次位之「家庭我」有一半重疊）（五對夫妻協調後期之四個自我排序，詳見表 4-4-2，P.154）。整體而言，五對夫妻皆達成雙方可接受之衝突協調結果，對彼此未來更好的關係發展有所期待，並有努力與採取實際行動之意願，其中 G 對夫妻已經有所行動。

綜合夫妻關係衝突之主要來源，以及協調初期至協調中期、協調中期至後期之夫妻關係主要改變，呈現如表 4-5：

表 4-5 夫妻在衝突協調歷程夫妻關係的主要改變

	夫妻					五對綜合
	A	C	D	E	G	
協調初期(夫妻關係衝突主要來源)	夫首重原生家庭，妻首重夫妻關係	夫首重原生家庭，妻首重夫妻關係	夫重視個人發展與夫妻關係，妻重視雙方家庭與他人期待	妻之「個人我」強度過高	在衝突事件當下，夫妻雙方之「個人我」強度過高	A、C、D 三對夫妻之衝突來自四個自我的排序差異，E、G 則來自一方或兩方之個人我強度過高所致
協調初期至中期夫妻關係的改變	雙方皆首重夫妻關係。夫照顧妻之需要，妻兼顧個人與夫之需要。	雙方皆首重夫妻關係。夫照顧妻之需要，妻暫無調整。	雙方皆首重夫妻關係。夫照顧妻之需要，妻為自我照顧設定目標。	雙方皆首重夫妻關係。夫兼顧個人與妻之需要，妻照顧夫之需要。	雙方皆首重夫妻關係。夫兼顧個人與關係之需要，妻照顧夫之需要。	五對夫妻皆於此階段在「以夫妻關係為首」上取得了一致性。
協調中期至後期夫妻關係的改變	雙方維持對夫妻關係的重視。夫持續對妻表示支持，妻持續照顧夫的需要。	雙方維持對夫妻關係的重視，尊重配偶目前所能做的調整。	雙方維持對夫妻關係的重視，夫尊重妻目前所能做的調整，妻感謝夫為她做的調整。	雙方維持對夫妻關係的重視，夫持續對妻表示支持、照顧妻之需要。	雙方維持對夫妻關係的重視，並願意為配偶的期待再做出自我調整。	五對夫妻仍維持前階段以夫妻關係為首之調整，A、E、G 對夫妻皆為關係協調再做出調整，C、D 對夫妻維持原狀但彼此尊重接納。

參、 討論

在本節的討論上，研究者分為以下三個部分，第一部分為夫妻衝突主要來源之討論；第二部分為夫妻衝突協調歷程與互動歷程之特性的討論；第三部分為夫妻衝突協調結果之討論。分述如下：

一、 夫妻衝突主要來源之討論

本研究的五對夫妻中，A、C、D 三對夫妻之衝突的主要來源，在於一方重視（或在意）傳統家庭觀念與責任，而另一方則重視夫妻關係、核心小家庭需要或個人需求與發展；雙方持著不同的價值信念，因而難以在其衝突議題上形成共識。重視傳統家庭觀念與責任屬於父子軸家庭文化的運作特徵，重視夫妻關係、核心小家庭及個人需求則屬夫妻軸家庭文化的運作特徵；這樣的情形正符合楊國樞（1997）所提及，當前台灣社會正由父子軸家庭結構逐漸轉向夫妻軸家庭結構，

形成一種「混合式家庭」的型態，這樣的混合式家庭可能帶來夫妻間情感、溝通、及生活上的適應困難；當夫妻各自所持有的父子軸與夫妻軸家庭觀強弱程度差異太大，就有可能造成關係上的矛盾與衝突。而這些衝突議題的呈現，亦支持了陳秉華、林美珣、李素芬（2009）所指出，受到大環境文化變遷的影響，個人從原生家庭獲得的家庭與婚姻文化信念不同，而在伴侶關係中導致衝突的發生，會是在諮商中需要面對與處理的重要議題。

而本研究中的 E 對夫妻，他們同樣展現出明顯的傳統與現代價值觀差異，但這卻不是造成兩人關係衝突的主要來源。E 妻受現代個人取向文化影響較高，強調個人目標的追求與個人需要的滿足，E 夫則願意在夫妻關係中做出退讓，以滿足妻子的需求、維繫關係和諧為優先考量；這說明了夫妻間傳統與現代心理特徵的差異，並不必然造成關係的衝突，甚至，E 夫能以一種「互補」的角度，覺得夫妻兩人「配合的剛剛好」[SEH121]。對此，楊國樞（2004）亦曾提及，因傳統與現代性差異而形成人際間衝突的假定，是從人際吸引的相似性假說觀點而來，但若從互補性假說的觀點來看，便不一定是如此了。

二、 夫妻衝突協調歷程與互動歷程之特性的討論

（一）夫妻互動歷程具循環與升高的特性，亦能藉自覺與相互瞭解獲得改變

利翠珊（1995）曾提及，在夫妻關係深化的歷程中，具有一種循環升高的本質，夫妻雙方逐步建構出的溝通規則會不斷重複，對原有的情感或衝突都有累加的作用，逐漸形成一種良性或惡性的穩定循環模式。張思嘉（2001）指出，夫妻互動中，任一方採用的適應策略可能會引起另一方的回應，而這樣的回應又會導致原來這一方的反應，因而形成一種固定且循環的歷程。本研究結果亦出現夫妻在協調歷程或一般互動歷程中，呈現此相互影響與循環的特性，其中以 A、C、E 三對夫妻之互動最為明顯。

A 對夫妻過往在該衝突議題的互動上，呈現出「妻表達委屈感→夫覺得『我也一樣』而忽略妻之表達→妻表達出更委屈→夫覺得妻所說多過於所做，付出不夠到位」的無效循環，在此無效循環中，妻的委屈感逐漸上升，夫也從原本的忽略變成對妻的懷疑。透過協調歷程，夫瞭解了妻為家庭的付出及自己（夫）帶給妻的委屈感，知道妻一切都是為夫妻關係及核心小家庭著想，增加了對妻的信任，因而開始照顧妻在「關係我」的期待與需要，也因知道妻並不是把自己的「個人我」放在首位，反而更願意去照顧妻的「個人我」需要；而一旦妻之「關係我」、「個人我」得到夫的照顧，妻亦開始更願意去照顧夫的「家庭我」，也關心夫的「個人我」狀態，一方的善意引出另一方更多的善意，形成一個好的互動循環。

C 對夫妻則是透過協調歷程，發現兩人過去的無效循環互動模式，也看到了新的、好的循環互動方式，而準備開始嘗試。在其過往的互動中，因雙方都對彼

此不夠放心而相互提防，反而一再阻礙了真實情感的傳達。夫擔心讓妻看到太多夫對兩人關係的重視，會讓妻更忽略夫的家庭，以為夫是不在乎的，因而一再提醒妻「家庭」的重要性，但反而引起妻更多的不開心，更感覺夫對兩人關係的不重視。同樣的，妻擔心自己若對參與夫之家庭活動表現出心甘情願的樣子，夫會以為她很享受其中而安排更多活動，因而會在夫面前表現出自己的不甘願或不滿，使夫也不斷加深「妻看重自我，不重視夫之家庭」的印象。

透過協調歷程的相互澄清，當夫瞭解妻對自己（夫）的重視，以及妻一直抱著愛屋及烏的態度，給予夫之家庭一定程度的在乎，夫開始對妻有更多的信任，願意讓妻看到更多自己（夫）對夫妻關係的重視；而妻亦表示，如果她可以確定自己在夫心中的地位是優先的、安全的，她自然而然就可以心甘情願地去照顧夫的家庭，不會出現不開心、不甘願的情緒。

E 對夫妻在協調初期，E 夫表示因兩人長久以來一直重複著一樣的衝突循環模式，使夫對夫妻關係灰心失望；此失望感亦反映在夫於協調歷程初期與妻的互動態度上，顯得較為被動消極。而在衝突協調歷程中，因妻的自省與改變，使夫感覺自己的付出被理解，而願意繼續照顧妻的感受，在夫妻關係中做出退讓；妻的改變也影響了夫在互動中的態度的轉變，變得更為積極主動，願意做更多的自我表達，而夫更多的表達又再協助妻對夫、對自己有更多的瞭解與覺察，並更清楚在夫妻關係中可以努力的方向，使兩人在努力之目標上達到共識。兩人的互動模式由過去的無效互動轉變為具建設性的有效循環。

此三對夫妻透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法介入下，因增加自我覺察與相互瞭解，而發現或展開新的互動循環，帶動夫妻關係的正向改變；此亦呼應過往研究中指出，趨於穩定的循環歷程可能透過夫妻一方或雙方的覺察、調整，帶動關係的改變，並逐步形成一個新的互動循環，此新循環將帶動關係的正向改變（利翠珊，1995；林美珣，2007；徐玉青、卓紋君，2003）。

（二）夫妻衝突協調歷程具追求實性和諧之特性

研究者從本研究五對夫妻之協調歷程發現，「夫妻關係」之衝突協調具有追求「實性和諧」之特性。

在一般的人際關係衝突中，衝突協調的目標可能放在達到「虛性和諧」也可以（黃曬莉，2006）；但研究者在本研究中看到，「夫妻關係」間的衝突協調，夫妻雙方對衝突協調的期待與目標設定，並不僅在於化解外顯衝突，達到表面的虛性和諧，而會朝向達到實性和諧的目標邁進，再在實性和諧的基礎上，讓夫妻關係可以更緊密，或讓兩人在關係中有所成長。在本研究五對夫妻的協調歷程中，夫妻雙方除在衝突議題的處理上努力達到共識外，還會更進一步地去照顧到配偶所重視的核心價值，付諸實際行動以經營更好的關係。夫妻雙方對於彼此能擁有更親密的關係、能在關係中一同成長都抱有期待，也願意努力。

楊國樞（1993；K. S. Yang, 1995）指出「關係決定論」是華人社會取向中之關係取向的特徵之一，意指在人我關係中，對方與自己的關係種類決定了彼此對待的原則與方式。黃光國（1988a，2005a，2005b；Hwang, 1987）的人情與面子理論模式亦指出，個人在不同的關係中所依循的交換法則並不相同。對照本研究夫妻之協調歷程的呈現，研究者推測，在人我關係的衝突中，個體亦會依關係種類、情感深淺的差異，設定不同的衝突化解目標；而追求實性和諧、關係緊密與再成長，可能為夫妻在面對彼此間的衝突時，除了求外顯衝突化解以外，更高一層的設定目標。

研究者亦認為，此種追求關係實性和諧的特性，可能與夫妻關係的特殊性有關。夫妻關係在本質上是一種相互依賴性高、情緒投入亦深的親密關係（劉惠琴，2003；Brown & Amatea, 2000），夫妻間的衝突解決，是為了能夠繼續長久生活在一起，尤其在現今受到夫妻軸文化影響日深的華人社會，夫妻對婚姻關係之情感性目的日益重視，對於兩個需要花大量的時間相處在一起的人而言，只求表面的和諧依然會讓兩人的關係間潛藏著衝突的危機，無法達到真正的親密。因而，夫妻關係比一般人際關係更有追求實性和諧的需求，是可以理解的。

然而，此追求實性和諧之特性，之所以在本研究的五對夫妻中有如此明顯的呈現，研究者認為此亦與五對夫妻原本的正向情感累積與夫妻衝突程度相關。本研究之資料來源為一「夫妻關係協調工作坊」，參與者的條件限制已排除了正面對重大家庭危機的夫妻；且參與工作坊相較於接受婚姻諮商，其在夫妻間的衝突程度可能是較輕微的；當夫妻能夠一同來參與工作坊，一來顯示兩人間有一定的情感關係維繫，二來也顯示兩人對彼此間的關係協調或關係增進抱有期待，因而更有可能在關係協調中展現出追求實性和諧的特性。對於衝突程度較高，兩人關係呈現緊繃或脆弱狀態的夫妻，是否也會在衝突協調的歷程中出現此特性，尚不得而知，為未來研究可進一步探討之處。

三、 夫妻衝突協調結果之討論

（一）夫妻若能形成以夫妻關係為優先考量之共識，有助於夫妻關係衝突協調

本研究五對夫妻最終皆願意在其衝突議題中，以維繫或增進夫妻關係、照顧配偶在關係中的需要為最優先的考量，這樣的共識，將夫妻之間的衝突帶往正向的協調結果；以此共識為依循，兩人亦能開始討論回到日常生活中的實際做法，並對更好的關係發展、情感增進有所期待。此結果呼應了林美珣（2007）針對兩性伴侶之情感關係衝突協調研究的發現，兩人以伴侶關係為優先考量的共識，對情感關係衝突協調的達成是有助益的。

而本研究中所看到的另一個夫妻互動的寶貴現象，在於當夫妻們看到其配偶願意調整為以夫妻關係為重、以照顧對方的需要為先時，被照顧的一方在欣喜之

餘，並不會只求自我被照顧到的滿足感，反而都願意再去照顧其配偶原本所關心的其他面向，使得最後能呈現出「夫妻皆首重關係，也能盡量照顧到配偶之其他自我需求」的協調結果。

（二）影響衝突協調結果的其他因素之討論

本研究五對夫妻在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入下，其衝突議題皆獲得正向的協調結果，主要原因除了來自於「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法實際提供的協助之外，尚須考量「夫妻關係協調工作坊」整體設計對此結果的影響，以及夫妻們之協調歷程是在意識到「被觀察」的情況下所完成的。

「夫妻關係協調工作坊」的整體設計，對夫妻在此活動中達成之協調結果的影響，一則在於先前活動產生的效益，二則在於「婚姻關係衝突之人我協調」此活動之時間限制。首先，「婚姻關係衝突之人我協調」諮商活動安排於工作坊的第三天下午，夫妻們在進入此活動之前，無論是彼此間的情感連結、對彼此的瞭解或信任等，都可能已透過工作坊前兩天半的課程與活動，有一定程度的提升，雙方也更習慣於關係中做自我表達、自我檢視，並相互感謝，這些感受與經驗的累積、夫妻互動方式的練習，都讓夫妻們是在一個更好的起始點上開始進行衝突議題的協調，對衝突協調的結果亦具有一定的影響力。

其次，因工作坊的活動安排具有時間的限制，「婚姻關係衝突之人我協調」所安排的活動時間為二小時，時間的壓力可能也無形地影響著研究參與夫妻，使他們覺得「要在時間內完成協調」，否則不僅會讓其他已完成的夫妻等待太久，也會影響到工作坊接下來之進行流程。

最後，五對夫妻皆瞭解他們正在參與一個夫妻關係協調的相關研究，知道他們協調的歷程正在被錄影、資料會經過分析，研究結果會被公開，此亦可能對讓夫妻自覺或不自覺地想要「表現得好」，此亦可能對其所呈現出之衝突協調結果有所影響；而此表面效應的產生，亦與華人文化可相呼應，對華人而言，「自我呈現」是華人極為重視的自我歷程，如何將社會取向自我適當地呈現給他人，是相當重要的事（楊國樞，2004），因而在被觀察的情境下，求取有好的表現（協調結果），是可以想見的。

然而，雖然研究結果可能部分受到此表面效應的影響，但研究者亦認為，從上述研究者對夫妻互動的觀察——當一方釋出了善意，往往能帶動配偶回以更多的善意，而形成好的夫妻互動循環；因此，即便夫妻的一方因在被觀察的情況下做出「好的反應（善意回應）」，但當此善意被釋放出來，好的循環亦已被啟動，對夫妻衝突協調的正向結果亦可能具有實際的效益。這與劉惠琴（2003）所提出衝突轉化內隱回饋歷程中的調節歷程亦有相通之處，個體有意抑制其回應對方負面行為之傾向，同時並回以正面之行為反應的回饋歷程，可以發揮創造關係的調適功能，對衝突調適具有積極的作用。

第六節 促成夫妻關係衝突協調的因素

本節主要介紹五對夫妻之衝突協調促成因素，第一部分分別呈現五對夫妻之資料分析結果，第二部分為呈現五對夫妻之綜合資料比較，第三部分為討論。茲分述如下：

壹、 促成五對夫妻各自之衝突協調的因素

以下研究者將分別介紹促成五對夫妻各自之衝突協調的因素。呈現方式仍如同前一節，分為「協調初期至協調中期」之衝突協調促成因素，以及「協調中期至協調後期」之衝突協調促成因素兩部分來呈現；最後部分為夫妻二人之衝突協調促成因素比較。

一、 促成 A 對夫妻關係衝突協調的因素

(一) 協調初期至協調中期

1. 增進對自我的覺察與瞭解

(1) 自我檢視與自我反省

A 妻透過自我檢視，感受到自己未被滿足的個人夢想及為家庭犧牲的委屈感，因而期許自己可以更照顧個人我需求，不要為夫擔心太多；亦透過自我檢視覺察自己與夫家關係疏離，因而期許自己與夫家更靠近。她說：

A 妻：「某種程度我真的會覺得很累，所以也是因為這樣，我才會堅持說那我總能念書吧【笑】，去做一件花這個錢是只花給我自己的(的事)。」〔SAW119-08〕

A 妻：「坦白講我覺得我跟你們家的關係蠻不好的，...(略)，在跟你媽媽、你妹妹，還有你們家其他親戚的關係聯繫上，我覺得我做的不是很好。」〔SAW210〕

A 夫自我反省對母親的關心及瞭解太少，因而期許自己能給母親更多心靈上的照顧。夫亦透過自我檢視覺察自己長久以來太重視母親而讓妻受委屈，因而願意在家庭我與關係我的位階順序上予以調整，提高對夫妻關係的重視。他說：

A 夫：「是不是她(母親)覺得在這個家沒有什麼角色或價值上的發揮，或者是受到關心，...(略)，我只是在想是不是因為我們哪裡做的不是那麼足夠，不單單只是金錢上的給予，還有在其他方面可能是我的關心不夠或 whatever...」〔SAH121-01〕

(2) 配偶回饋增進自我覺察

A 夫因妻給自己（夫）的自我圖一回饋，增進了他對自己的覺察：妻說到，她認為從夫的表達及過去行為，她感受到夫在金錢議題上對母親的重視程度比對夫妻關係高出許多，而不是如夫所言、所排，只高出一點點。夫接受妻的回饋，表示在此議題上的確如此，因而更加覺察到自己在「家庭（對母親）」及「夫妻關係」重視程度上的落差，及自己帶給妻的委屈感受。妻說：

A 妻：「你就是對她（婆婆）很好啊，對我...就像你剛剛講的啊，就是苦到我【加強語氣】啊，所以你在家庭...就是對她（婆婆）的那個部分（金錢議題）...關心的程度，我覺得比我們兩個的還要多很多，而不是只有一點點多而已」〔SAW185〕

2. 增進相互瞭解

(1) 充分的自我表達

階段一的設計讓夫妻雙方皆有機會對其想法、立場、需要、感受、價值排序、期待、困難與限制等作充分的表達，因表達時配偶以「不插話、專注聆聽」為原則，得以讓平日未表達完整的零碎訊息讓配偶有更全面而細緻的瞭解。

(2) 澄清過去疑慮或誤解

透過妻的表達，讓夫得以澄清過去長久以來對妻的一些疑慮與誤解。首先，夫瞭解到妻與自己一樣都是把夫妻關係或家庭放在第一位來做金錢的規劃與安排，而非以自己的需要在計較金錢或抱怨，使夫過去認為妻的付出「不夠到位」的感覺及懷疑得以消除；其二，夫瞭解到妻也有孝順婆婆的立場與心意，而非不願孝順或反對夫孝順；其三，在此衝突議題上，夫更瞭解妻的擔憂與立場，接收到妻之重點在希望夫「對異常部分加以關心」，而非一定要調整母親零用錢，或打探隱私，斤斤計較母親為何用這麼多錢。例如先生說：

A 夫：「過去可能因為妳常會用撻狠話的方式，所以我會覺得（妳）是不是真的有做到那個程度？比如說真的有那麼顧家？或那麼為我們兩人設想？我總是覺得好像不那麼到位的感覺，...(略)，今天（我）得到一個很確定的答案，就是『喔，原來其實我們都是一樣的』，一樣的方式在思考事情，思考我們兩個的關係啊，家庭的組成啊...」〔SAH255、SAH256、SAH259〕

A 夫：「或許其實應該要關心一下（母親的不明帳單），不然等到那個洞勺一丫、勺勺（事情爆發）的時候可能就不是三萬五萬的事情了也不一定，我想這一直是妳在擔心的事情。」〔SAH116-07〕

3. 訊息核對帶來對實際現況的瞭解與思考

透過一開始針對衝突議題進行對話的步驟，使兩人有機會核對彼此對家庭經

濟狀況的認知，加上聆聽完妻的四個自我表達，使夫更瞭解家中經濟的實際情形，知覺需重新對金錢的分配作評估及衡量。另一方面，妻對核心小家庭之金錢規劃的想法，亦引發夫開始由家庭財務規劃短、中、長期的角度來思考母親零用錢的議題，而知覺到有調整的必要。例如他說：

A 夫：「我們現在能力是不是足以支應我媽媽這樣子的錢，我們需要再重新...我應該講我需要再重新思考一下啦，就是說這樣是不是已經超出我們的能力所為了？是不是應該要做一些調整？」〔SAH116-09〕

A 夫：「考量到比較長遠的來講，其實這個東西（母親零用錢）的確是需要做一些調整。我覺得我也不反對這個事情。」〔SAH126-02、SAH126-03〕

4. 雙方有共識—看到與配偶想法中有契合之處

在雙方進行了充分而清楚的表達後，兩人得以在此更多瞭解的基礎上，看到彼此想法中其實有相契合之處，而非如原先衝突議題上的對立，包括：兩人都有孝順心意，但是在所認同的孝順行為上有落差；兩人皆是以夫妻關係或家庭作為一切決定的優先考量，而非以個人角度出發。前者讓兩人得以在共同的心意上去討論實踐的方法，為下一階段的改變提高準備；後者則幫助夫消除了過去對妻的懷疑，確信兩人是抱持一樣的價值觀在為共同的目標作努力，這樣的共識亦拉近了兩人關係上的緊密度。

5. 增加對配偶的信任感

如前所述，透過妻的表達，讓夫過去對妻存有之「付出不夠到位」的疑慮獲得澄清，確定妻與自己一樣，都是將二人關係或家庭放在最優先的考量，而非以個人我的角度出發，這使夫增加了對妻的信任感。

6. 願意在關係中釋出善意

(1) 願意為配偶作自我調整

夫為照顧妻的感受而將「關係我」移至最前，此改變對一直將「關係」放在首位的妻而言，一直是她所期盼得到的回應，當妻這部分的需求被滿足、被照顧到了，她不用再花力氣去爭取「夫妻關係」被夫重視的程度，反而亦開始有餘力、有能量、以及更多的意願去照顧夫的需要、婆婆的需要，而將「家庭我」的位置往前移，互相釋出的善意帶動一連串好的循環。

(2) 照顧配偶的感受與需要

透過妻的諸多表達，讓夫更瞭解妻在衝突議題上的擔憂、在夫妻關係中的委屈、以及在個人我方面的期待與需要。在這些瞭解之上，使夫更願意照顧妻的感受及需要，包括願意去瞭解母親用錢情形、提高對夫妻關係的重視、對妻追求個人理想的不安予以支持、協助。

透過夫的表達，使妻因更意識到孝順對夫的重要性，而願意照顧夫在「家庭我」的需要，給予配偶空間，也期許自己有所努力。

(3) 表達對關係、對配偶的肯定與重視

雙方在協調的過程中亦表達出對夫妻關係或對配偶的肯定與重視：夫表達兩人關係是家庭主體且更為長久的，亦表達關係我的滿足可以平衡個人我的改變與犧牲；妻肯定夫在金錢議題以外對自己的好與支持，亦肯定兩人關係一直很幸福知足。

(4) 支持配偶照顧個人需求並給予協助

夫願意支持妻「個人我」的理想追求，並願意在妻遇到個人理想與家庭照顧、婆媳之間的衝突時盡力協助。這些來自夫的支持使妻能降低追求個人目標的不安感受，亦促使妻更願意嘗試靠近夫的家庭。

(5) 願意在溝通互動中先放低姿態

在 A 對夫妻的互動中可看到一現象：當一方願意先放低姿態，包含表達歉意、接納指責等，另一方亦會轉變態度，使互動往好的方向或不會更差的方向進行。以下兩例為「夫放低姿態後，妻由不滿、指責轉為無奈接受」：

例一，妻原本對夫「無動能瞭解母親用錢情形」有很大不滿，但在夫放低姿態表達出對妻需要精打細算以持家的虧欠後，妻的語氣即由「不滿」轉為「無奈」，停止持續的不滿表達：

A 夫：「...我覺得對妳來講比較虧欠的應該是...可能妳就是要...比較...精打細算，一點點都不能夠有誤差...」〔SAH063-02〕

A 妻：「【笑，無奈】就是因為都是我在算吶...那你都覺得無所謂啊...point 在這裡啊...」〔SAW064〕

例二，當妻對夫之自我圖一有所異議，認為夫對母親的重視程度是更高時，夫接納了妻的指正，妻亦隨即轉為「無奈」語氣，而非再表達其不滿：

A 夫：「是在這個問題上面啦，又在，在給零用錢的這個問題上面是這個樣子（對母親的重視更高）沒錯。」〔SAH160〕

A 妻：「對啊，就是在 only 這件事情。可是即使是這樣子...媽還是覺得我們不關心她啊，她還是覺得我們對她不夠好啊」〔SAW188、SAW189-01〕

(6) 能感受到配偶所釋出的善意

在夫妻雙方釋出善意的同時，也都能接收到來自配偶的善意，因而使得好的互動循環得以發生。

(二) 協調中期至協調後期

1. 增進相互瞭解－雙方能進行充分的溝通

自我圖三為夫妻雙方經溝通協調所排列出來，透過兩人的充分溝通，夫對「家庭我」的重視得到妻的支持，而在孝順行為的表現上則以兩人皆同意的「更多心靈上的關心」取代過去較多的金錢物質給予；針對夫之「個人我」位置，夫妻雙方亦皆表達出彼此的想法、感受、與期待，協調出雙方都能接受的狀態。

2. 願意在關係中釋出善意

(1) 照顧配偶的感受與需要

妻持續表達對夫「家庭我」的重視與支持，並主動邀請夫之「家庭我」回到原來的擺放位置，亦表達自己在其中可以做的努力。

A 妻：「家庭的部分，我覺得如果你的出發點是因為覺得太委屈我，然後把家庭擺在後面一點的話，我覺得大可不必...，我覺得老人家除了實際上的滿足之外，其實她們更渴望的是那種心靈上的關懷。...(略)。所以我覺得...舉手之勞的那一種、容易做到的，你就多做一點...」〔SAW237-01、SAW237-02、SAW238〕

(2) 願意在溝通互動中先放低姿態

此階段亦再次看到 A 對夫妻在互動中，當一方先放低姿態時，互動會往較好的方向進行。此次為「妻放低姿態後，夫由原本消極未回應轉為積極回應」，出現在兩人針對「由誰對母親／婆婆表達關心」進行討論時，妻原本以「責任劃分」的方式表達關心婆婆的主要責任不在自己身上，對此，夫並無特別回應；

A 妻：「我跟她（婆婆）本來就不是從小就認識、在一起的親人，我是因為你才跟她有關係，可是你【加強語氣】是她兒子，你更應該要去做關心她的這個角色。」〔SAW242-03〕

但在稍後當妻以「承認自己不足」的方式表達後，夫隨即接下責任並給予妻安慰。

A 妻：「因為我做不到啊【笑】，所以我希望...你多做一點啊！」〔SAW251〕

A 夫：「但這個其實本來就是我應該要做的。」〔SAH211〕

(3) 能感受到配偶所釋出的善意

對於妻在「家庭我」上給夫的支持，夫表達了對妻的肯定、感謝、與欣慰之情，讓妻知道夫看到了她的善意和調整。

A 夫：「她可以有這樣子的諒解跟認知，我覺得很好啊，...(略)，就像她講的，

她其實有很多事情都是為了這個家在著想啊。」〔SAH210、SAH214〕

(4) 表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態

在妻期待夫所做的調整中，包含了邀請夫的「個人我」往前，期待夫能更照顧自己的需求；然而在經過一番討論後，夫仍認為現階段不需要更動「個人我」的排序，妻亦尊重夫的決定，接受其排列。

A 妻：「好吧...【笑】，我只是表達說我希望你那樣，如果你覺得還是 OK，那就（好吧）...，那是出自於你自己...願意，我不希望你是為了結婚、為了家庭而犧牲掉你自己的那一塊」〔SAW263、SAW264〕

夫向妻表達希望由妻代勞「打電話關心母親」一事，妻表達自己的困難，亦表達現階段的自己在關心婆婆一事上可以有的作為，最終夫尊重妻現階段所能做到的程度，不將過多的期待放在妻身上。

3. 雙方有共識—雙方能進行對目標有共識的溝通

夫妻二人在前階段因對彼此有更多的瞭解而找到想法中相契合之處，亦因自我檢視與自我期許為改變做了準備，使得方案進行至此階段時，雙方能夠在對目標有共識的前提下進行溝通，討論具體的問題處理方法，包括：如何對母親／婆婆表達關心、家中經濟資源的重新調配、妻念研究所可預見的實際困難等。

4. 對改變願意承諾

諮商活動進行的尾聲，兩人在催化員的引導下，皆表達出願為此協調結果所做出的具體行動，將協調成果實際帶進生活中去實行，帶動實際的改變。夫承諾會去瞭解母親的用錢情形、思考母親零用錢的調整、多打電話給母親；妻承諾會減少對夫負向的口語表達（撻狠話）、不因忙碌而忽略夫，亦會多給婆婆言語上的關心，於婆婆在家時陪她聊天、帶她去吃飯。

5. 期待建立新的溝通模式

活動結束前，夫妻雙方表達兩人平日沒有像這樣的機會，針對一件事情做比較深入、完整的討論，因而覺得這樣的溝通經驗很好，日後或許兩人可以自行安排這樣的時間與空間，分享與溝通彼此的想法。他們說：

A 夫：「...當然因為平常比較...沒有這樣的機會（完整討論一件事）這樣，通常都是在一種可能...有...其他資訊會隨時進來干擾的時候啦，那...」〔SAH306、SAH307、SAH308〕

A 妻：「沒有那麼、完整的...【A 夫：對啊】討論一件事情...」〔SAW359、SAH309、SAW360〕

A 夫：「對啊，對啊，對啊，那我想或許以後我們可以開闢這樣子...自己開闢這樣子的...一種時間跟空間啦【A 妻：呵呵呵】」〔SAH310、SAH311、SAW361〕

A 夫：「沒有我的意思是說...最起碼...可能...你...比較不會受到其他外界的一些干擾啊...的東西，這樣大家來聊一些事情...然後有一些...像這樣有一些問題的設定，大家可以來針對事情聊...對啊，對啊，以後在日常生活裡面或許都可以去安排這樣子的...方式，可能可以比較深入地講一些事情...」
〔SAH314、SAH316〕

(三) 夫妻二人之衝突協調促成因素比較

綜觀 A 對夫妻三階段所出現之衝突協調促成因素，大部分皆同時存在於夫與妻兩人身上，顯示雙方皆透過自我檢視增進自我覺察、透過充分自我表達與溝通增進相互瞭解、看到與配偶想法有契合之處、雙方能進行有共識的溝通、能在關係中釋出與接收善意、並願為自己的改變做出承諾。

兩人亦有相異之處，A 夫比 A 妻多出現了「增進對自我的覺察與瞭解－配偶回饋增進自我覺察」、「增進相互瞭解－澄清過去疑慮或誤解」、「訊息核對帶來對實際現況的瞭解與思考」、「增加對配偶之信任感」、「願意在關係中釋出善意－支持配偶照顧個人需求並給予協助」五個因素。A 妻則比夫多出了「表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態」因素，但原因係因夫完全支持妻之調整，未再表達對妻調整的期待所致。

二、促成 C 對夫妻關係衝突協調的因素

(一) 協調初期至協調中期

1. 增進對自我的覺察與瞭解

(1) 自我檢視

C 夫在前一階段四個自我的檢視中，透過在不同自我位置的表達，覺察自己的「家庭我」與其他自我皆有牽連、不易劃分；亦透過位置的來回移動覺察自己在「家庭我」與「關係我」之間的反覆拉扯，感受自我的內在衝突。C 夫的自我檢視尚出現在聆聽完 C 妻的四個自我表達後，藉由妻的自我狀態呈現，夫聽到妻如此重視「關係我」，而覺得自己在這一塊還做得不夠多，要再多做一些。

C 夫：「...我想到是說要更重視妳這一塊（關係我），...（略），因為原來做的不夠好，已經有在做了，但是不夠好，...（略），原來對妳這一塊，做的不夠多，那就做更多一點。」〔SCH331、SCH332〕

C 妻透過前一階段四個自我的檢視，在「說」的過程同時進行內在感受的釐清與自我整理，誠實面對自己內在的聲音，因而更清楚的意識到自己對夫妻關係的重視及在關係中的期待與矛盾，對自己有更多的瞭解與新發現。

(2) 配偶回饋增進自我覺察

C 夫一直認為自己的內心是「家庭我」與「關係我」並重，並於自我圖一中如此呈現；但妻回饋其長久以來的主觀感受，皆是夫看重「家庭我」多於「關係我」。同樣的，C 妻內在最重視的是「關係我」，「家庭我」則不斷在提高與降低位階間拉扯；但夫過去的主觀感受卻以為妻最看重「個人我」，且幾乎沒有「家庭我」的成分。透過雙方給彼此真實感受的回饋，讓兩人更清楚自己是以怎樣的樣貌與配偶互動，亦更清楚自己內在感受與外在表現間的落差。

2. 增進相互瞭解

(1) 內在真實聲音的表達（意指表達出過去隱含未表露之訊息）

C 妻透過前一階段四個自我的表達，將自己內在首重「關係」的排序與對夫的重視清楚地讓夫感受到，夫表示這是他過去所不知道的。例如他們說到：

C 妻：「留在台北是因為真的覺得沒有辦法跟你在一起，又真的不是很想參加活動，所以才會說我要留在台北。」〔SCW244、SCW245〕「因為你沒辦法滿足我，我只能自己滿足自己。」〔SCW350〕

C 夫：「妳沒講我還真的不知道呢！」〔SCH302〕「我原來不曉得是因為我，我本來就是認為妳要有妳的空間。」〔SCH321〕

而妻在前一階段所做出的內在真實聲音表達，亦帶動了夫在此階段真實、更深層的內在聲音表達，說出自己過去在夫妻關係中對妻的擔憂與防衛，擔心妻有了「關係」會不要「家庭」，才不敢讓妻看到太多自己對「關係」的重視，此為夫在四個自我的表達階段並未表露的部分。

(2) 具體表達在關係中的需要

在妻之四個自我表達階段，當她釐清並表達出自己最重視的是兩人關係後，在催化員的引導及夫的鼓勵下，清楚且多次的表達自己在夫妻關係中的需要，讓夫明確接收到妻的渴望，例如她說：

C 妻：「我要的就是全然的我們兩個在一起，...(略)，就是全然的我跟你而已。」〔SCW180-01、SCW181〕

C 妻：「多分一點時間給我」〔SCW193〕、「多跟我聊天」〔SCW197〕

C 妻：「我只是想要跟他（夫）在一起」〔SCW203〕

C 妻：「就是希望兩人在一起，關注在對方身上，而沒有其他的一些打擾或干擾，也不是像泡泡一樣，就是比較有份量的。」〔SCW237〕

(3) 澄清過去疑慮或誤解

夫妻雙方過去都以為配偶的「關係我」是放在後面的，妻只看得到夫的「家庭我」，夫只看得到妻的「個人我」，本身的內在狀態與配偶主觀感受到的自己有很大的出入，而這樣的落差與誤解亦在協調過程中獲得澄清。

特別對夫而言，發現妻最重視「關係」而非「個人」實具有重要意義，過去他以為妻所拋出的許多議題或想法都是出自其「個人我」的價值觀，對妻竟可將「個人自在」放在夫妻關係與家庭之前感到難以想像和接受，亦覺得自己都已把「個人我」放到最後，妻卻如此強烈，就會想要去打壓她，或是常刻意提醒她不要那麼自我；而夫現在知道妻是出自「關係我」的緣故後，有了截然不同的感受，不僅做出將自己的「關係我」移至首位的回應，態度由過去「打壓妻的個人我」轉為「照顧妻的關係我」，更如上所述，成為帶出夫更深層之內在聲音的關鍵因素。

3. 增進對夫妻關係的覺察、瞭解、與反省

透過雙方內在更真實的聲音表達，兩人在夫妻關係中的互動因果循環更清楚的呈現出來，使兩人都對夫妻關係有進一步的覺察與瞭解。在理想的循環情況下，妻對夫妻關係的重視將影響夫，使夫也同樣地提高對關係的重視，而這又會再影響到妻，使妻因覺得安心、滿足，而心甘情願地維持著對夫之家庭的重視。然，因為妻覺得她感受不到夫足夠的對關係之重視，因此要維持著對夫之家庭的重視顯得相當辛苦與不情願，而妻之所以感受不到，是因為夫以為妻最重視的是她自己而非夫妻關係。他們的對話如下：

C 夫：「現實上是這樣子【手指自己的自我圖一】，我會因為妳這樣子【指妻將「關係」置於最前】，我就會把這個（關係）往前拉，妳是不是也有一點這樣子？妳如果知道我這個（關係）往前拉，妳這個（家庭）也會往前拉？」〔SCH406、SCH407〕

C 妻：「對啊，可是我沒有感受到你那個（關係）往前拉，所以我這個（家庭）拉得很痛苦！」〔SCW438〕

C 夫：「我也沒有讓妳感受到這個（關係）放在前面，因為我很怕你這個（家庭）放到太後面【大笑】！它（家庭）要抬頭！【笑】」〔SCH409、SCH410〕

除了看到兩人在夫妻關係中的互動循環外，他們亦發現原來雙方過去在關係中都有未言說的擔憂，對彼此不夠放心，因而出現一些對彼此的防衛，卻反而阻礙了真實情感的傳達。如上述對話中，夫擔心若讓妻感受到自己對「關係我」的重視很高，並安然享受於兩人相處，會讓妻把「家庭我」移至更後面，以為夫是不需要的。相似的情形亦出現在妻身上，當夫提出他認為妻雖然在「家庭我」做出行為上的配合，但讓他感覺到的是「一副不甘願，個人我很前面」〔SCH370〕

的樣子；妻回應到因為她擔心給夫「錯誤的增強」〔SCW374〕，「如果我表現出很甘願、很快樂的話，他（夫）以為我還真的很享受很喜歡，會再多排幾次（家庭活動）」〔SCW378〕；亦即妻擔心自己內心因重視「夫妻關係」而把「家庭我」提前的表現，會讓夫以為妻是出於自願、樂意地將「家庭我」提前，而將自己的「家庭我」又拿到更前，認為妻是可以接受的。

簡言之，夫妻兩人過去都擔心自己若對配偶所重視的面向給予重視，自己在乎的面向就會被配偶所丟掉或忽視，因而彼此防範著；透過活動的進行，才瞭解彼此不但不會將配偶重視的面向丟棄，反而會因為覺得安心、需求得到滿足、及感受到配偶的情感與善意，而更去照顧配偶的需要。此因素使兩人間的互動循環由「彼此防衛引發更多不滿足」轉變為「相互照顧帶來滿足並引發更多善意」。

4. 增加對配偶之信任感

此要素出現在夫身上。夫瞭解到妻會因在乎「夫妻關係」而將「家庭」的位階提前，並非如他過去所擔憂的將「家庭」割捨掉，因而大大提升了對妻的信任感，讓內在對妻的情感可以更真實、更放心地表達出來。（相反可見的，妻在此階段的調整微小，亦是因為對夫仍有懷疑、不夠信任使然。）例如先生說：

C 夫：「我看到老婆很多塊都是因為我的關係，會讓我更放心的把這一塊（關係我）從給她看到的是這樣【指自己的自我圖一，「關係」與「家庭」平行】，甚至她看到可能是這樣【把「關係」拿到「家庭」稍後】，我願意給她看到更多是關係擺在前面，因為我也更放心知道說她會因為我而愛屋及烏，愛到這一塊（家庭我），...（略），不用擔心說這一塊（家庭我）會被割捨，...」〔SCH415-01、SCH415-02、SCH415-03〕

C 夫：「多多少少兩個人原來出自不同的價值觀，都會因為不夠放心反而就會擔心，...（略），但我是覺得可以嘗試著給對方更大的信任，原來多多少少我也承認就是會擔心，不夠信任，不過從上上禮拜（工作坊活動），還有很多一些對話，其實以前也會慢慢累積，會覺得自己在妳心目中還蠻算放最前面的，這樣會覺得就像剛剛講的，一則很高興，二則會更放心。」〔SCH419-03、SCH419-04〕

5. 願意在關係中釋出善意

(1) 願意為配偶作自我調整

C 夫在更瞭解妻對夫妻關係的重視及在關係中的期待後，願意將「關係我」移至首位，此為妻長久以來所一直希望看到夫的改變。

(2) 照顧配偶的感受與需要

C 對夫妻雙方在關係中都有願意照顧配偶感受的心意與行動，此因素除在協

調歷程中出現外，在其平日生活亦有發生。在平日，夫會因妻在夫妻關係中出現煩惱、不開心，而正視妻所反應的問題，思考如何解決；上述夫將「關係我」調整至首位，亦是照顧妻在「關係我」中的感受與需要。例如他說：

C 夫：「如果妳有什麼煩惱的時候，或是妳抱怨的一些事情，我就會開始正視這問題而變成有煩惱了，...(略)，可能是我比較不注意的地方，妳跟我講了，我就會去看怎麼來改善它。」〔SCH224-02、SCH224-03〕

妻則是因瞭解家庭對夫的重要性，即使自己痛苦掙扎，仍一直將「家庭我」保留在一定程度的重視位置。另，妻在此諮商活動一開始，亦因上週工作坊別的活動處理了她重視的問題，她感到很有收穫，而堅持將此活動中提問題的優先權讓給夫，希望夫所重視的問題也能被討論與處理。她說：

C 妻：「...也要讓他（夫）感覺被重視到，...(略)，讓他覺得自己也很有收穫，也解決他自己困擾的事情。」〔SCW013、SCW014〕、「讓他也有一些...譬如說自己關心的，或者自己在意的，也可以被重視跟拿出來討論。」〔SCW019〕

(3) 表達對關係、對配偶的肯定與重視

夫妻雙方在協調歷程中，皆願意表達對彼此、對夫妻關係的肯定與重視。夫在四個自我的表達階段，表示與妻相處是快樂甜蜜的，也肯定妻對自己的好，至此階段，更清楚的表達出自己對妻的喜歡及將妻放在重要地位。妻在四個自我的表達階段，表示與夫相處是快樂自在的，且一向重視個人自由的妻，發現兩人相處的快樂更勝過一個人不受拘束的感覺，並一再表達想要與夫有多一些時間相處，對夫妻關係更是相當大的肯定。

(4) 能感受到配偶所釋出的善意

夫接收到妻對夫妻關係、對自己（夫）的肯定，表示相當感動與高興；妻則是肯定夫近二週來已做的調整（自參與此工作坊後），甚至在大團體中肯定夫的努力。例如他們的對話：

C 夫：「其實上上禮拜大概就知道（妻的需要與對關係的重視），那時候她（妻）就有講一些了...，我有努力吧？這兩個禮拜有看到吧？」〔SCH354、SCH355〕

C 妻：「我不是才有表揚你一下嗎，讓你變成好人了」〔SCW353〕

C 夫：「對啊【笑】」〔SCH356〕【妻笑】

6. 幽默感

C 夫在協調歷程中，有時會注入一些幽默的成分（非轉移話題焦點或打岔，而是仍在衝突議題的討論中），降低協調中的緊張氣氛，或把生氣中的妻逗笑，是此對夫妻協調過程中特別之處。

(二) 協調中期至協調後期

1. 增進相互瞭解

(1) 具體表達在關係中的需要

C 夫透過具體之舉例，說明他希望妻在夫妻關係中以怎樣的態度自我表達、與他互動，並說明妻不同的表達會帶給他怎樣不同的感受，及如何影響他的行為決定。例如他說：

C 夫：「妳其實可以...舉例說，譬如說嗯...『我也是一直站在你角度想啊，我也是在...嗯...』譬如說家庭的活動妳也參加哪些，就這樣提醒我喔，『這一次我自己，我自己真的覺得學校很累，喔，我想有自己的空間或是你能陪我更好』，...(略)，我覺得就是用這樣子來跟我這樣子講，而不是說『很煩欸，你又一堆家裡的活動，你那麼多喔，什麼家裡都是，都是排第一』【夫學妻的語氣】【妻笑】，這樣講其實結果就有差了，因為這樣子我就有抗拒的心理...」〔SCH486-01、SCH486-03〕

C 夫：「...（以後）不小心遇到什麼妳煩惱的事情，但是已經看到（我們）有多一些...獨處時間變多，妳可以轉變為柔和一點嗎？如果妳有什麼心裡的煩惱，能講出來的還是要講出來，用柔和一點的方式來講...」〔SCH573-01、SCH573-02〕

(2) 澄清疑慮或誤解

在此階段的協調歷程中，妻更深一層表達出兩個重要的感覺：一為用「關係我」的方式表達需要會讓她有向夫「乞討」的感覺；二為夫的調整讓她有「條件交換」的感覺—夫願意把「關係我」提高，是因為希望她對夫的家庭更好，把「家庭我」提高。因妻的表達使夫有機會對此做出解釋與澄清，讓妻更瞭解夫所欲傳達的原意，消除其無法釋懷或接受的感覺。

a. 「乞討」感受的澄清：澄清過程之對話擷取如下：

C 妻：「我會覺得說為什麼是我自己...就都是我在提出說要我們兩個人相處，你都不覺得我們兩個需要相處，這感覺好像是我一直想要跟你討那個（兩人相處時間），可是你自己也不覺得說那個很重要，為什麼我要這樣做？」〔SCW513、SCW514〕

C 夫：「我的意思是說，兩個人相處，旁邊可以有人，我講的話都還可以一樣，但是妳兩個人相處，跟旁邊有人，妳講的話就會不一樣，因為場合和人，都是我的家人，妳懂我意思嗎？所以我的那種需要不用說侷限在單獨兩個人，但是，妳這樣講，我會能夠感受到妳有單獨兩個人相處的需要。」〔SCH507、SCH508、SCH509〕

b. 「條件交換」感受的澄清：

妻對夫的說法與調整有「條件交換」的感受，認為「你對我好一點是希望我能夠對你家好一點」〔SCW452〕、「我有這樣子的訊息接收，我就會更不能諒解」〔SCW453〕、「你不能一直講到你預期我會有怎麼樣的表現，所以你更要怎麼表現」〔SCW543〕。針對妻此部分的感受，夫的解釋仍無法讓妻理解夫的原意，最終是由催化員協助說明，表達其所聽到夫的意思，並非「預期」妻「還要如何做」，而是經過妻所做的表露已經對妻有更多的瞭解和放心，讓夫願意做出改變。在催化員的協助下，消除妻「條件交換」的感受。

(3)雙方能進行充分的溝通

經過此階段給予雙方充分溝通之機會，讓兩人得以表達出對夫妻關係、對配偶仍有的期待、感受、疑惑，也能透過相互的回應、說明、與澄清，化解還存在的疑慮，協調至雙方皆能接受的狀態。

特別對 C 對夫妻而言，其過去的互動中，雙方都會因對彼此有不夠放心之處，而習慣在表達中有所保留，或有些聲音不會在第一時間表達出來，需要一些時間的醞釀與準備（例如妻「條件交換」的感覺其實在上一階段就已稍微提到，但兩人並未多加停留與處理，直到此階段妻才做出更多的表達，讓兩人有機會深入討論並做出澄清）；但藉由此活動的階段性安排，及協調中善意的堆疊，而讓雙方將過去長久以來存在心中的期待、擔憂、或疑惑能一一在歷程中浮現，得到充分溝通的機會，為其達成關係協調相當重要的因素。

2. 願意在關係中釋出善意

(1)願意為配偶作自我調整

妻願意為夫調整自己在表達上的方式及態度，以在乎夫妻關係的方式取代個人我過於強烈的表達。

(2)能感受到配偶所釋出的善意

雙方於最後分享整個協調過程的感受時，相互對配偶的善意、為夫妻關係做的努力表達了肯定與感謝。例如他們說到：

C 夫：「嗯好，我再講一次，很感謝妳把我看那麼重！」〔SCH582〕【妻大笑】「給人家排第一名的感覺還不錯耶！」〔SCH584〕【兩人笑】

C 妻：「好，那很開心你會願意把我們兩個的關係拉到比較前面，很高興你有這個改變、調整、決心、行動！」〔SCW602、SCW603、SCW604〕【妻大笑】

(3)表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態

妻雖提出希望夫的「家庭我」再往後退的期待，但在夫解釋其家庭責任與家

中目前狀態後，仍能尊重夫的排列，接受夫不調整的決定；同樣的，夫雖提出希望妻的「個人我」再往後退的期待，但在妻表達「個人我」為其退路與安全感來源之重要意義後，夫亦給予尊重和接納。

3. 對改變願意承諾

在諮商活動進行的尾聲，雙方皆願意針對彼此最希望配偶調整之處，做出具體的行為改變承諾。夫承諾在晚上與假日對妻有更多的陪伴，且活動的規劃以兩人時間之安排為優先，家庭為第二；妻則承諾會在溝通態度上更加柔和，避免太衝的個人情緒宣洩。

4. 幽默感

同前一階段，C 夫仍會在協調歷程中加入幽默感，讓協調中較緊繃的氣氛或情緒適時得到一些緩解。例如：

【C 夫承諾會兩週安排一次只屬於夫妻兩人的活動後】

C 夫：「欸，如果我忘掉妳提醒我一下，我就會作安排」〔SCH556〕

催化員：「可以提醒的」〔SIC646〕

C 夫：「對，可以提醒。都這麼熟了【笑】」〔SCH557〕

（三）夫妻二人之衝突協調促成因素比較

綜觀 C 對夫妻三階段所出現之衝突協調促成因素，幾乎皆同時存在於夫與妻兩人身上，雙方皆在互動歷程中增進了對自己、對配偶、及對夫妻關係更多的瞭解，並能在關係中釋出與接收善意，尊重並接納配偶無法改變之處，並對自己的改變願意做出承諾；唯「增加信任感」與「幽默感」兩項因素僅出現在 C 夫身上，C 妻對夫的信任感有待夫未來靠實際的作為來提升，幽默感則可能屬於夫之個人特質在溝通協調中的運用。

三、促成 D 對夫妻關係衝突協調的因素

（一）協調初期至協調中期

1. 增進對自我的覺察與瞭解

（1）自我檢視

D 妻透過前一階段四個自我的檢視，一方面更清楚自己在生育議題上所承受的個人、家庭、社會壓力，及這些壓力帶給她的負面感受；一方面也聆聽到內在渴望不受此事影響，過自己的生活，重視兩人關係的聲音。因此，即使在現實上

妻仍感到要做出改變是相當困難，但也更清楚自己內心的期待，並以清楚的圖像呈現出來，而有可能成為一個改變的起點。

(2) 配偶回饋增進自我覺察

在 D 妻原本自我表露聲音中，呈現的都是她對「懷孕的期待」與「未懷孕的擔憂」；但透過夫的回饋，讓妻內在較深層「對懷孕的害怕」更清楚的浮現出來，意識到自己在生育議題上很根本的內在衝突－期待懷孕卻也害怕懷孕。夫說到：

D 夫：「我感覺到是...好像如果要懷孕，對妳是一個很大的冒險...【妻：嗯】，我感覺到的是，這個風險好像很大...妳會很害怕，...(略)，妳擔心又重複發生那樣的事情(流產)，會不太敢懷孕，就是有一些比較深層或下意識的恐懼，一方面擔心自己的身體本錢、健康本錢夠不夠，累積夠不夠了，如果再懷孕，冒險有多大？」【妻：嗯】〔SDH242〕

另一方面，D 對夫妻在進行自我圖二的排列前，妻玩笑地說到聽完夫的表達，發現夫比較自私，將「個人我」置於最前；此回饋亦影響夫在自我圖二的調整中，將「個人我」的位置往後移，而讓自己對「關係我」的重視在此議題上更展現出來。妻說到：

D 妻：「嗯...就覺得他好自私喔，都想自己，你看！【手指夫的個人我】【大家笑】」〔SDW261〕

2. 增進相互瞭解

(1) 充分的自我表達

透過妻在前一階段的四個自我表達與情緒反應(持續哭泣)，夫感受到妻內在自我的複雜狀態、辛苦、疲累，亦感受到妻在生育議題上所承受的家庭與社會期待大過於他，壓力也大過於他，促使其願意為妻抵擋來自他人(主要指家人)在此事上對她的關注和期待。

(2) 具體表達在關係中的需要

面對夫在表達上常會太快跳到建議與分析，妻於此階段協助夫區辨不同的表達帶給她的不同感受，並表達自己所希望聽到的是夫怎樣的回應。例如他們的對話：

D 妻：「你已經到解決問題的方法了，我當然知道這樣可以解決，多運動、多怎樣，好像可以解決問題，可是我不要那個啊！我知道啊【指自己的腦袋】，可是我感情不知道啊...」〔SDW327、SDW328、SDW329、SDW330〕「所以你可以告訴我該做什麼...你前面就講得很好，你就講前面那一半就好了，後面那一半你不要講不就很好了？」〔SDW331〕「你前面說，你覺得這樣會

很擔心我的身體不能夠負荷，不適合懷孕，那我們就先不要啊！」〔SDW333〕

D 夫：「這也是指責啊，就是...擔心妳身體就是一種指責...」〔SDH263〕

D 妻：「沒有，為什麼會是指責是你跳到後面說，『所以要等妳身體健康一點而不是要吃什麼補藥啊，自己要多運動啊，多吃蔬菜水果啊，這樣子變健康，變粗勇(台語)，才可以生小孩』，這不是一個條件句嘛？聽起來就是被指責啊！『妳就是應該要怎樣，所以才可以怎樣』，可是你前面明明就講的很好啊，你前面說，『因為我擔心妳的身體狀況啊』，聽起來多舒服啊...這樣你有懂嗎？」〔SDW334〕

3. 願意在關係中釋出善意

(1) 願意為配偶作自我調整

D 夫因妻的表達與回饋，願意做出將「關係我」、「家庭我」置於首位的調整；其中「家庭我」移至首位的意涵亦是對妻的照顧—過去他認為生育是兩人之事，不需要對家人做回應，但現在願意代表兩人去面對、回應家庭的期待，而非由妻獨自承擔。

(2) 照顧配偶的感受

D 夫所做的調整，亦是在照顧妻的感受，欲減少妻在生育議題上所承受的壓力。

(3) 表達對關係、對配偶的肯定與重視

D 夫在前一階段四個自我的表達中，表示他對兩人關係品質的重視、對妻身心狀況的重視都勝過於有無小孩，顯示出其對兩人關係及對妻的看重。例如他說：

D 夫：「我對孩子的那份感覺...我覺得沒有那麼強吧，我比較重視妳的感覺，...(略)，我覺得有沒有孩子跟妳的生活品質健康狀況，我比較在乎的是妳的這一部分。」〔SDH162、SDH164〕

(4) 對配偶情緒狀態的立即覺察與支持

D 夫在與 D 妻互動的過程中，雖然其言語表達上容易出現理智分析與建議，而讓妻覺得不夠被瞭解，但夫在非言語的表達上卻能給予妻許多立即的情緒支持與安慰。從一開始話題由旅遊轉為生育，夫即瞭解此議題對妻是重要的而改變聆聽方式，坐姿由後仰改為前傾，要妻「慢慢來，慢慢講」〔SDH087〕，並多次在妻悲傷哭泣時起身安慰妻，輕拍或撫摸妻的頭和背，遞面紙給妻，待妻較為平復才回自己的座位。

(5) 能感受到配偶所釋出的善意

D 妻對於夫在此階段為她做的調整感到很開心，也肯定夫對兩人關係的重視，直接表達對夫的愛與感謝。

D 妻：「(你)說如果可以幫我擋，就幫我擋...好啊~呵呵呵~這樣我就很開心了！」〔SDW346、SDW347〕

D 妻：「我覺得○○(夫名)一直都很重視我們之間的關係...你把它排第一位...，我很愛你唷【手指夫的關係我，夫微笑點頭】，...謝謝你為我做的，願意為我做的【手指夫的家庭我】，跟本來為我做的【手指夫的關係我】。」〔SDW352、SDW353-01、SDW355〕

(二) 協調中期至協調後期

1. 增進對自我的覺察與瞭解

(1) 自我檢視與配偶回饋增進自我覺察

D 夫透過活動進行中的自我觀察與配偶回饋（亦包含工作坊中其他活動），愈益覺察自己容易在互動中進入理智的分析，但這並非他自己或妻所期待的樣子，促使其對自己有更多的監控和覺察。例如他說：

D 夫：「其實這幾次以來，我覺得我不想要去變得那麼的分析或理智或強勢主導什麼的，...(略)，或者另外一種說法是，我要去控制住內在的衝動，那個衝動包括是思維的衝動，或者是想要去說什麼話的衝動。」〔SDH346〕

D 妻同樣透過自我檢視與配偶回饋，發現自己需要練習去區辨當她對夫做一些表達時，自己是在「該該叫」〔SDW420〕還是需要夫幫她解決問題。例如她說：

D 妻：「我現在也在慢慢區辨我自己到底在『該該叫』還是要解決問題啊，總是要有個過程，...(略)，因為這個人【手指自己的個人我】也滿分裂的嘛，...(略)，有時候可能是需要解決，可是有時候只是覺得好煩，就只是該該叫，碎碎唸...」〔SDW420、SDW421〕

(2) 催化員回饋增進自我覺察

在夫表達出他覺得妻一直拿這些問題來困擾他，而讓他覺得很煩、很累後，催化員給了一個回饋，覺得夫的累，是因為他也忙著想要幫妻解決問題，夫同意，而對自己的反應有更多一層的發現。

2. 增進相互瞭解

(1) 雙方能進行充分的溝通

經過此階段提供充分溝通之機會，讓夫妻雙方皆透過相互的反映與回饋，帶動對自我更多的檢視、對配偶更多的瞭解，而能真正清楚自己與配偶需要的是什麼，達成最終的協調狀態。

(2) 透過對互動歷程的觀察瞭解配偶

D 夫在兩人的互動歷程中，發現雖然妻在此議題上感受到壓力或困難，但妻其實並不希望夫去改變她，但他也不能去附和真實情況的嚴重性，因為那也會為妻帶來壓力，或讓妻覺得有被指責感。夫亦發現，妻的表達有些時候只是在做情緒上的宣洩，有些時候則是真的需要解決問題，而他需要去做區辨。例如他說：

D 夫：「這裡就變成一種弔詭的東西是，○○（妻名）出現這樣的一些說法或擔憂，可是她不期待我去改變她，因為我去改變她，會變成我那個樣子（理智分析的樣子），但是我又不能夠去附和，『啊，真的很嚴重喔...妳很擔心喔...』」〔SDH319〕

D 夫：「就是我要去分辨她到底是不是在『該該叫』，還是真的需要解決...我要去區辨...」〔SDH335〕

(3) 具體表達在關係中的需要

D 妻在得知夫的煩與累是因忙著要幫她解決問題後，清楚表示自己在該議題上並不是需要夫來幫她解決什麼，而是希望能夠被夫瞭解就好。她說：

D 妻：「我沒有要你幫我解決問題啊...只是要你了解一下就好...我希望你了解為什麼我會有這麼大的反應啊，為什麼會有這麼多奇怪的社會我跑出來...為什麼會有一些人會告訴我這個...我只是要你了解啊...讓你知道我不是過度反應...我不是故意要這樣的啊...」〔SDW414、SDW415〕

D 妻：「我希望他（夫）可以就是...聽我講，知道我為什麼會這樣就好了...因為要不要解決問題，有時候不是馬上就可以處理的。」〔SDW430〕「...我需要你了解，我真的就是有那個需要。」〔SDW432-02〕

(4) 內在真實聲音的表達（意指表達出過去隱含未表露之訊息）

D 夫在與妻的互動中，較常出現的是對妻之問題的分析與建議，而比較少將自己的感受、需要表達給妻知道；在催化員的邀請下，夫嘗試不帶著分析與建議，單純表達出自己的感受，而這也是妻所期待聽到、瞭解的。他們的對話如下：

D 夫：「我的感覺就是，這些問題一直在問，好煩喔...好累喔...」〔SDH322〕

D 妻：「呵呵...你會煩了喔？會累了喔？」〔SDW408〕

D 夫：「嗯...就是我不是無所謂，對這件事情（生育之事）無所謂，而是...我也覺得它不是那麼嚴重到.....」〔SDH326〕

(5)自己的付出被配偶看到、理解（意指「被看到與理解就已經足夠」）

承上點，在夫表達出自己的感受後，覺得能讓妻瞭解他的感受很好，對他來說也就夠了。例如他說：

D 夫：「我的感覺是...嗯...就是妳知道我的感覺之後很好...就是妳知道要去...聽妳，或者是幫妳解決也是很大的困境...呵呵，我也覺得這樣就夠了...」〔SDH342、SDH343、SDH344〕

3. 願意在關係中釋出善意

(1)願意為配偶作自我調整

夫在瞭解妻的需要、妻的期待後，願意調整自己的回應方式，以去瞭解妻的處境及感受取代急於幫她解決問題。他說：

D 夫：「我就去了解、去參與就好了，我不要幫妳解決了。」〔SDH332〕

(2)表達對關係、對配偶的肯定與重視

妻肯定夫一直對她很有耐心，願意與妻一同去區辨她是在「該該叫」〔SDW420〕或是需要解決問題；妻亦肯定夫善於理智分析的特點，在有些時候也確實能幫助她用更理性的方式面對自己的壓力。

(3)表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態

D 夫原先不斷地提供方法與建議，希望妻能有一些行為上的改變，不要那麼受到社會我的影響；但在瞭解到妻所關注的並非「如何改變」，也可能還尚未準備好要改變後，願意試著去接納配偶現在的狀態，不再試圖改變她。

4. 對改變願意承諾

D 夫做出對改變的承諾，如前所述，當家人詢問、關心起生育議題時，會由他來代表兩人發言，而非如過去由妻獨自面對；若家人單獨在妻面前問起，妻亦可表示要找她的「代言人」〔SDW300〕（即 D 夫）來回應。

(三) 夫妻二人之衝突協調促成因素比較

綜觀 D 對夫妻三階段所出現之衝突協調促成因素，有較大的夫妻間差異。共同出現的因素僅有透過自我檢視增進自我瞭解、透過配偶回饋增進自我瞭解、透過雙方充分溝通增進相互瞭解、及表達對關係與配偶的肯定重視四項。

夫妻間的差異可能源自於兩人討論之議題主要為妻之困擾，故在妻方面呈現出「增進相互瞭解－充分的自我表達」、「增進相互瞭解－具體表達在關係中的需要」、「能感受到配偶所釋出的善意」三個因素；而夫以站在瞭解與提供協助的立場為主，故呈現出「增進相互瞭解－透過對互動歷程的觀察瞭解配偶」、「對配偶情緒狀態的立即覺察與支持」、「願意在關係中釋出善意－願意為配偶作自我調整」、「願意在關係中釋出善意－照顧配偶的感受與需要」、「自己的付出被配偶理解」、「表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態」、「對改變願意承諾」等因素。

兩人各自出現的因素顯示出在此協調歷程中，妻有被夫瞭解的需要，而夫在瞭解後願為妻作出調整，希望藉此降低妻所承受的外來壓力，妻亦能接收到夫願為其做出調整的善意。此外，夫亦出現「增進對自我的覺察與瞭解－催化員回饋增進自我覺察」因素，並在催化員之邀請下出現「增進相互瞭解－內在真實聲音的表達」因素，增進妻對夫之瞭解。

四、促成 E 對夫妻關係衝突協調的因素

(一) 協調初期至協調中期

1. 增進對自我的覺察與瞭解

(1) 自我檢視與自我反省

E 妻藉由四個自我的檢視，更清楚地看到自己的「個人我」需求是非常高的，在其四個自我表達完後，她依然確定自己就是有這樣的需要；而在聆聽完夫的四個自我表達後，因聽到夫在夫妻關係中的付出與退讓，開始對自己過高的個人我需求及與夫相處的方式產生反省，並因覺得自己無法為夫妻關係做到如夫一般的付出、犧牲，感到有些難過與自責。此為促成妻在自我圖二將「關係我」移至首位的主要原因。例如她說：

E 妻：「反觀我的個人我是蠻突出的，我的個人我因為非常突出，所以會讓你的關係我來拼命成就我的個人我」〔SEW137-03〕「我就想如果是我，我可以做到嗎？我發現其實我好像做不到...我就沒辦法這樣做...【整句帶哭腔】」〔SEW143〕

E 妻：「我也不曉得我是不是在利用他的弱點【哭】，可能已經習慣，變成一種記憶學習吧，...，碰到這問題我就知道他會那樣做（退讓），所以我就可以那樣做（不退讓），舉例來說只要我跟他有點爭吵，我知道只要繼續給他鬧下去就對了，他就會安撫我，他為了讓我們的關係變好，他個人的一些情緒會先收起來，...，我的個人我變的非常突顯，他為了要安撫我，關係的部分就做的非常好。」〔SEW138-01、SEW138-02、SEW138-03〕

E 夫面對妻的自責情緒，回應到這其中也有部分是他自己的個性使然，放到任何關係中他都會做這樣的選擇，不全然是妻的個人我所造成。原本此回應是欲減輕妻的自責感，但夫卻也因為這層自我發現及表露，突然感受到自己在各種角色中的辛苦，而陷入半分多鐘的沈默，此為 E 夫在自我圖二中，將個人我稍微往前移的主要原因。他說：

E 夫：「剛剛想到...不管是夫妻或是為人子或是家族的長孫，總是會自己給自己責任大一點，相對就會把自己放很後面，...(略)，有時候去委屈自己，剛才那種感覺(感受到自己的辛苦)應該是一下...同情自己好像也是蠻辛苦的...只是一下子的感覺而已啦，但我覺得那是應該做的責任。」〔SEH123〕

此外，E 夫亦在兩人的四個自我的表達中，一來聽到妻有其理想的家庭圖像，二來在自我檢視中發現自己對兩人所建立的家庭並沒有什麼特別的想法，因而期許自己可以多增加一些對「家庭」的概念(但不一定是與妻相同的家庭概念)，此為其「家庭我」往前移的主要原因。

2. 增進相互瞭解

(1) 內在真實聲音的表達(意指表達出過去隱含未表露之訊息)

E 妻表示，在過去與 E 夫的相處中，夫很少去說自己個人內在的事情，妻對夫的內心世界瞭解甚少，每回問夫的感覺或意見，夫總回應「不知道」、「沒感覺」，而其實妻很願意也很希望多瞭解夫的內在感受或想法；透過活動的設計，夫在前階段四個自我的檢視與表達，讓妻得以有機會瞭解夫在兩人關係中的付出與內在真實感受，明白夫真正最在意的並非關係中的束縛與不自由，而是努力看不到收穫、關係停滯不前的挫折與無力；亦同理到夫在夫妻關係中的辛苦，對夫做的犧牲感到心疼，而心生自我調整的意念。

(2) 澄清疑慮

妻在夫一開始表達自己願意為夫妻關係和諧而調整個人我時，一度中斷夫的表達，提出自己的疑惑：妻欲瞭解夫所做的調整，是正面積極的想讓夫妻關係更好，還是因為他怕麻煩，怕妻又開始生氣、擺臭臉，為了去除這些，所以才委屈自己把關係做好；妻認為是後者，但也希望如果誤會了夫，夫就做出澄清。夫回應妻的疑慮，表示其出發點當然是為了創造好的關係，而既然希望有好的關係，就會對一些不好的互動加以避免，這是「一體兩面」〔SEH085〕。此澄清讓妻更確定夫在夫妻關係中努力的心意。他說：

E 夫：「當然一開始都是想要創造好的關係呀，...(略)，你當然希望有好的關係，...(略)，如果你想要創造好的關係，當然對那些不好的部分你會盡量去避免把它呈現出來，或是盡量去避免掉那些情況的發生而影響你好的關係啊。」〔SEH087-01、SEH087-03〕

3. 願意在關係中釋出善意

(1) 願意為配偶作自我調整

妻在自我檢視其個人我對夫妻關係造成的影響，以及瞭解夫在關係中的付出與無力後，願意將「關係我」移至首位，將「個人我」退居第二位，更為夫妻關係付出，也讓夫擁有一個人的空間，此對妻而言是很大的調整。她說：

E 妻：「...我想我也必須要負起些責任，不是只有他（夫）去調整，而我卻不去動這樣，所以我想在個人我的部分，我是應該強度要再稍微弱一點點，我不應該太突顯我的個人想法，...(略)，我應該去成就更多我們的關係，為了關係好，為了我們比較有緊密親密的關係，我應該真的為我們兩個的關係去做些調整，而不是只有我個人。」〔SEW166-01、SEW166-02、SEW166-03、SEW166-04〕

E 妻：「我也想說如果真正可以的話，我會盡可能去調整自己，不要把你束縛在我們的關係裡，而是讓你有一個獨立的空間，同時又可以悠遊在個人跟關係裡。」〔SEW187-02〕

(2) 照顧配偶的感受

E 妻在對夫有更多瞭解後，對夫表達同理與心疼。此外，妻在此階段所做出之自我調整，亦是對夫長久以來在夫妻關係中之無力感與束縛感的照顧和回應。例如她說：

E 妻：「我聽你講關係我跟個人我的時候，我有一個衝動覺得你還蠻辛苦的，可以同理到你很辛苦，那個拉扯是你很想要做自己個人的事情，但是因為關係我你必須顧慮到，所以你可能要犧牲個人我，然後成就關係我」、「我剛也是覺得蠻心疼」〔SEW137-01、SEW142〕

(3) 支持配偶照顧個人需求

妻對於夫較少去照顧到個人需要，而多在滿足他人需要感到心疼，亦認為當中有部分原因在於夫很少去探索自己的內在需求，關注自己有哪些內在需求，因此鼓勵夫多去做內在探索，照顧自己的內在需要；此亦為影響夫將「個人我」往前移的原因之一，而在夫將「個人我」前移後，妻亦再次表達對夫做此調整的支持。例如她說：

E 妻：「我很高興他對於個人我的部分有一些小小的調整提升，...(略)，他的個人我一直擺在後面是因為他沒有進去探索他自己，他不知道他個人有很多的需求，他都是假裝把它蓋起來、關起來，...(略)，所以我也邀請你去看看你自己裡面有什麼東西。」〔SEW184-01、SEW184-02、SEW184-03〕

(4) 願意在溝通互動中放低姿態

E 妻在過去與夫的相處，以及一開始在四個自我的表達階段，一直是以較高的姿態在為其「個人我」發聲，要求夫要配合她；但在夫表達完四個自我的內涵後，妻在此階段開始將原本的高姿態放下，對夫表達同理與心疼，對自己反省並有些自責。妻在態度上的明顯轉變，亦帶動夫的態度轉變，從原本較為消極冷淡，轉為更積極、熱絡的與妻互動。

(5) 對配偶情緒狀態的立即覺察與支持

前述 E 夫談到自己的個性使然，使自己在任何關係中，都習慣將個人需要放在後面，以照顧、滿足別人的需要為優先；妻在附議的同時，敏銳地覺察到夫的情緒有些不對勁，立即給予關心，詢問夫的狀態，夫因妻的詢問而能在此情緒中多做停留，感受到自己的辛苦，並有機會表達出來。

(6) 能感受到配偶所釋出的善意

E 對夫妻於此階段皆感受到了配偶所傳達的善意，並給予肯定或感謝。對於妻在自我圖二做出了很大的調整，夫肯定妻願意為二人關係一同努力的心意，他瞭解此調整對妻而言不容易，覺得妻有心要做就已經值得嘉獎。他說：

E 夫：「如果她能夠這樣（自我調整），那樣已經很好啦！其實對她來講可能蠻辛苦的，...（略），至少她很努力啦，我覺得是可以嘉許的，...（略），至少她有在努力，或者是配合，或是做調整。」〔SEH175、SEH176-02〕

妻則對於夫在將「個人我」往前移的同時，仍願意將「關係我」置於首位的善意表示感謝。她說：

E 妻：「謝謝你，讓關係我還是在前面。」〔SEW173〕

(二) 協調中期至協調後期

1. 增進對自我的覺察與瞭解－配偶回饋增進自我覺察

藉著 E 夫在此階段較先前更能直接表達對妻的看法及期待，E 妻得以增進對自我的覺察與瞭解，也有了更具體的努力、改變方向；相較於兩人一開始的互動，夫較不習慣給妻具體回饋，而直接表達對夫妻關係的失望，後者對實際的衝突處理與關係改變效果是較小的。例如他說：

E 夫：「（我）覺得她可以做得更好的...加油的部分...應該是...有一次的挫折...就是隨時能夠調整...應該是說每一次的挫折就有每一次的進步啦！理想的狀態是那樣的【指妻的自我圖二】，但其實可能隨時要做調整，隨時要往前進，而不是一直在原地踏步。」〔SEH176-03〕

2. 增進相互瞭解

(1) 內在真實聲音的表達

妻坦承自己心裡對夫自我圖二之調整的矛盾感受，一方面對夫習慣做出個人退讓感到心疼，支持夫多照顧個人需要，一方面又感受到夫「個人我」的提升，其實對很需要夫放下個人我來成全自己與夫妻關係的妻而言，是有所威脅的，這樣的內在衝突讓妻感覺到痛苦；而在夫瞭解妻的內在真實感受後，再次選擇照顧妻的感受，將「個人我」退回原位。

(2) 具體表達在關係中的需要

在兩人進行到為彼此承諾一件具體的行為改變時，E 夫對於妻一開始所提的幾個行為承諾，直接表達他覺得不具體、不符合自己的需要、或對自己的意義不大等意見，最後由夫自己提出他希望妻承諾之事—維持餐桌的整潔；這樣他看了舒服，兩人也不會再為餐桌起爭執。妻雖笑言這與兩人此活動中討論的衝突不相干，但表示既然夫「指定了」〔SEW248〕，她也願意承諾。

(3) 雙方能進行充分的溝通

E 對夫妻在過去的關係衝突中，常見的互動模式為「一方持續擴大其個人我，表達其不滿；另一方帶著對夫妻關係的失望與挫折，不願意或無力再回應」，此互動模式並無法將雙方帶往協調的方向，針對衝突議題進行有意義的溝通；然而，透過此階段所提供之充分溝通機會，並延續著前二階段彼此更多的瞭解與被瞭解，夫願意將內在對夫妻關係、對妻的看法與期待傳達給妻，妻亦從原本階段一全然關注「個人我」的表達，轉變為關注在「夫妻關係」上的表達，在相互的回饋與訊息核對中，讓雙方的想法與期待有充分的溝通，達成最終的協調狀態。

(4) 自己的付出被配偶看到、理解（意指「被看到與理解就已經足夠」）

E 夫此階段所做出的改變在於將自己的「關係我」與「個人我」調整回原來的位罝，雖然他表示這對他來說「根本沒什麼，就照我原來這樣做」〔SEH173-02〕，但當中仍有一重要差別在於，過去當夫這樣做時，妻仍著眼在兩人衝突發生當下夫的不配合，未看到（或未正視）夫已經為關係做出退讓，使得夫一直存在著「單方面努力，卻無法對夫妻關係帶來正面影響」的無力感；但透過前兩階段的協調歷程，夫感覺到自己的付出已被妻所看到、理解，因而更願意繼續這麼做，且覺得這樣的調整對他而言並不困難。

3. 願意在關係中釋出善意

(1) 願意為配偶作自我調整

如前所述，夫願意為妻再將自我圖調整回原來的樣貌。

(2)照顧配偶的感受與需要

夫將自我圖調回原來樣貌的原因之一，即在於感受到妻內在的矛盾與痛苦，欲以自我調整來降低妻的矛盾與痛苦。

4. 雙方有共識－雙方能進行對目標有共識的溝通

E 對夫妻在過去的關係衝突中，另一個問題在於雙方對同一事件的關注點不同，使得兩人溝通無法對焦；以此衝突事件而言，妻在當中的關注點一直停留在「生育議題」，而夫對生育議題其實並無太多意見，亦非不願意配合，而是對妻面對衝突事件的態度感到不滿。藉著此活動的進行，夫妻在自我圖二同時排出順序相同的四個自我後，該圖像成為兩人在關係中的共識，願意在衝突中以夫妻關係為優先考量，尋求衝突的化解與關係的成長，當兩人對此目標有了共識之後，再回頭處理妻所重視的生育議題，夫亦對此做出願意配合的承諾。例如他們的對話節取如下：

E 夫：「我覺得那是觀念（在衝突中獲得成長），雖然我也做得不夠好，但是我覺得...至少兩個人有共識，有那個觀念比較重要，才會朝向那個地方去走，...(略)，觀念會影響到你的作法。」〔SEH178、SEH179-01〕

E 妻：「我聽到他（夫）的意思是說，那些爭吵不要白做工，既然爭吵了，就要從每一次的狀態裡去學習新的東西，讓我們的關係是更好的，衝突和爭吵是越來越少的，而不是停留在那個循環裡面，是這樣子嗎？」〔SEW194〕

E 夫：「對，而且不只是讓彼此關係更好，而且是讓自己個人（更好），因為你會從這個（衝突）之中看到自己不夠或做得不好的部分。」〔SEH180〕

5. 對改變願意承諾

夫妻雙方於協調的最後，也為自己的改變做出一項具體的行為承諾，且此承諾是經由彼此的核對、討論，確定符合配偶之期待才做出的決定。夫在生育議題上，承諾妻懷孕以前，會全力配合妻，在妻的排卵期排開所有活動，提早回家；妻則承諾夫，會將夫相當在意的「餐桌」恢復整潔，不堆放自己的書本雜物（此承諾與兩人討論之衝突議題雖無直接相關，但為夫最希望妻做的行為承諾）。

6. 期待持續成長並有努力意願

在活動進行的尾聲，兩人皆期許自己和配偶能從此工作坊（指整個夫妻協調工作坊）中得到成長與進步，因此同意未來彼此可以相互提醒在這裡的學習經驗，讓工作坊的成效能持續在兩人的關係中發生正向影響。

E 夫：「期許我自己能夠從課程中...真的有行動去做一些事或讓自己進步，期許她...單純的上課以外，...(略)，是有比較多的進步，而不是純粹上課想要分享或是聽別人什麼東西...回到家又一個樣子...」〔SEH245-02、SEH245-03〕

E 妻：「我們可以看看這次工作坊回來之後你有沒有效果啊，【夫：『好啊』】如果你有效，你也可以提醒我說ㄟㄟㄟ，我都有效果了，你怎麼還沒有效果？你可以當一個標竿啊！」〔SEW260〕

（三）夫妻二人之衝突協調促成因素比較

綜觀 E 對夫妻三階段所出現之衝突協調促成因素，有夫妻共同之處，亦有相異之處。夫雙方皆透過自我檢視與反省增進自我覺察、透過內在真實聲音的表達、充分的溝通增進相互瞭解、願為配偶做自我調整、照顧配偶感受與需要、感受到配偶釋出的善意、雙方能進行有共識的溝通、對改變願意承諾，並皆表達了對日後持續成長的期待與努力意願。

兩人的相異之處，在夫方面，出現了「自己的付出被配偶看到、理解」、「增進相互瞭解－具體表達在關係中的需要」兩個因素，顯示出能被妻看到自己的付出，對夫而言已是很大的滿足，亦帶動夫在互動歷程中願意做出更多的表達。

在妻方面，出現了「增進對自我的覺察與瞭解－配偶回饋增進自我覺察」、「增進相互瞭解－澄清疑慮」、「對配偶情緒狀態的立即覺察」、「願意在關係中釋出善意－支持配偶照顧個人需求」、「願意在關係中釋出善意－願意在溝通互動中放低姿態」五個因素，其中「增進對自我的覺察與瞭解－配偶回饋增進自我覺察」與夫更能在關係中作自我表達有關，夫的表達亦提升了妻對自我的覺察，「增進相互瞭解－澄清疑慮」因素可看出妻在關係互動中會立即對有疑慮之處提出討論，後三個因素則皆顯示出妻隨著協調歷程的進行，從對自我需求的關注轉變為對夫、對夫妻關係更多的關注，此轉變為上述帶動夫之互動態度的轉變的重要關鍵，使夫從較消極被動轉為積極聆聽並有更多的表達。

五、促成 G 對夫妻關係衝突協調的因素

（一）協調初期至協調中期

1. 增進對自我的覺察與瞭解

（1）自我檢視

G 夫原以為自己在衝突事件中，僅單純用「個人我」和「關係我」和妻互動，透過四個自我的探索、檢視，讓夫發現「家庭我」與「社會我」其實都對他發生了些許影響。

G 妻表示在衝突事件發生時，她有許多情緒和想法都因當時太難過、害怕，而不敢多想，只稍微點到就停止，透過活動的進行，才讓她有機會去作更多的自

我整理。她說：

G 妻：「...甚至於其實在當時我只是這樣想過，就不敢再想下去了，就覺得糟糕，我們的關係會不會弄的很糟，我都只有點到，就停，反而是剛才我就講得比較多...」〔SGW094-03〕

(2) 催化員回饋增進自我覺察

G 夫在四個自我的表達階段提到了過往家庭經驗中「狡辯」一詞對他的意義，但至四個自我的排列時，夫仍表示家庭對他的影響「幾乎沒有」〔SGH057〕，原因在於他認為「狡辯」一詞本來就不好，無須牽扯到家庭經驗。催化員提供回饋，表示雖然他認為詞語本身即是負向，但家庭經驗的連結可能讓他對該詞的負向感受程度更強；夫聽後表示的確是有一些差異，因為妻也說了其它一些他認為是不好的詞，但感覺上確實沒有「狡辯」一詞那麼強烈。

2. 增進相互瞭解

(1) 充分的自我表達

G 妻在與夫發生衝突的過程中，一大困境即在於個人的聲音無法表達、有口難言。在階段一中，兩人皆有充分的時間作不受干擾的表達，讓妻得以有機會把她在衝突事件中的想法、感受表達出來給夫瞭解。

(2) 內在真實聲音的表達（意指表達出過去隱含未表露之訊息）

此次的衝突事件，夫妻雙方都有未說出口的想法或經驗在其中，包括：夫的過往家庭經驗、妻欲增進親密關係的本意、妻在事件中的擔憂害怕等。透過內在真實聲音的表達，讓配偶得以更瞭解自己；兩人也都表示，說出來後有比較輕鬆、釋放的感覺。例如他們各自說到：

G 夫：「原先有想說我這個東西（家庭經驗）能不能講就不會講，不過最後還是講了，那講了的話還是有一點點釋放啦！」〔SGH064〕

G 妻：「我覺得講出來好像比較輕鬆，因為有些東西是我自己內心的想法，因為關係已經不好了，所以也講不出來、無法講了，講了也好像是我自己在強辯、找理由【哽咽】，...(略)，現在我把心裡面的東西講出來，至少讓他（夫）知道，那時候我內心裡有一些我自己的想法，甚至於有些害怕。」〔SGW052-01、SGW052-04〕

(3) 澄清疑慮或誤解

夫妻兩人皆為彼此澄清了一些與衝突事件相關的想法與感受，讓配偶更瞭解自己，減少彼此的猜想或誤解。夫對妻做的澄清，主要在於妻對於「夫眼中的自己（妻）」有一些猜想，包括她以為自己在衝突事件中破壞了兩人過去建立的默

契（衝突後把夫一人留在房裡），且夫會對此感到生氣，以及在自我圖一中排出她認為「夫眼中的她」。夫向妻說明，他並沒有把事情想得這麼嚴重，也並沒有認為妻是一個「個人我」突出的人。例如他說：

G 夫：「我一直覺得說，妳不用那麼的小心翼翼，好像很害怕，其實並沒有怎麼樣，並沒有毀了什麼，我們這個東西只是一個歷程，這個過程過去，只要我們有學到東西就好，妳不要把一個事件這麼放大。」〔SGH032-04〕

G 夫：「那時候妳出去，的確我是有些不舒服，沒有當場解決，不過沒有那麼嚴重到說好像毀了默契啊，我沒有想那麼多。」〔SGH034-03〕

妻對夫做的澄清，在於自己對「狡辯」一詞的認知和夫是不同的，在她與同學的相處中，「狡辯」一詞是好玩的用語，是常常被拿來相互開玩笑的。妻藉此與夫說明她並非故意拿負面的用詞跟夫開玩笑，而是兩人在認知與過往經驗上的差異造成對詞語的不同解讀。

G 妻：「他（夫）覺得不管是社會我或家庭我，那個『狡辯』好像非常不好，對我來說那個認知就非常不一樣，...(略)，我們同學把『狡辯』當成是好玩的事情，大家真的覺得狡辯真的是好玩耶！『喔！你狡辯』什麼的。...(略)，不僅是小聰明，而且大家就可以拿來講，拿出來開玩笑，是非常有趣的，所以我覺得是認知不同。」〔SGW057〕

3. 增進對夫妻關係的覺察與瞭解

G 夫一直很希望自己原生家庭的部分，不管是過往經驗，或是現在的相處，都不要影響到他與妻之間的關係，夫把「對自己的影響」和「對夫妻關係」的影響劃分開來，強調前者他不否認自己深受家庭經驗影響，但後者則自認已經盡力做到。對此，妻回應夫，她認為夫的原生家庭對夫本身以及對夫妻關係都有很深的影響，她說：

G 妻：「其實在我跟他（夫）的相處過程裡面，我是深深的感覺家庭影響他非常深，...(略)，雖然剛才從你的表達裡面，我才知道原來你是想要把家庭這個東西不要影響我們，可是其實在我們的相處裡，我只是沒有講，我會覺得那個家庭對你的影響，對我們之間的影響是很深的，...(略)，尤其是媽媽跟你之間，...(略)，可能你是不知不覺的，可是那種無形但是很重的東西籠罩著，我覺得你跟媽媽之間的關係，會深深的影響到你和我的關係。」〔SGW057-03、SGW057-04、SGW057-05、SGW057-07〕

G 妻：「你自己要給我的感覺，跟我自己感受的是不一樣的。」〔SGW058-05〕

然而，妻的回饋並非在此階段即被夫所接受，而是讓此議題在後續有更多的討論與澄清。夫在此階段仍認為他的原生家庭並未對夫妻關係造成影響，若妻認為有，希望妻可以舉例說明。

4. 願意在關係中釋出善意

(1) 照顧配偶的感受與需要

G 夫瞭解妻在衝突事件中的本意與感受後，對妻表達其同理與心疼。他說：

G 夫：「我了解妳很想要改進我們的親密關係，我也知道妳的父母親，就是我的岳父岳母帶給妳一些影響是很深遠的，然後，當然妳後面有這麼多的擔心，我蠻心疼的，真的蠻心疼的。」〔SGH032-01、SGH032-02、SGH032-03〕

G 妻在瞭解夫此事件背後的相關家庭經驗後，表達她其實也希望能像夫為她做的一樣，避開會讓夫不高興的訊息表達，照顧到夫的感受，只是她對夫的家庭經驗瞭解有限，因為夫很少提及。妻並進一步表達希望夫在兩人關係中，可以對過往的家庭經驗有更多的釋放，她會盡力去照顧到夫的感受

G 妻：「我會更希望你以後有關於家庭對你影響的東西你可以釋放多一點，讓我好像...就像你對我那樣，你覺得哪裡是我的禁忌你會避免，我也想啊！我也想要做這樣子的事情，只是我不知道啊！我不知道！...(略)，我也是想要從很多蛛絲馬跡去了解，去注意，...(略)，其實家庭一些東西對你影響很大，你避免不想說，其實我會希望如果你願意你儘可以告訴我，我其實就可以避免，如同你避免我的部分一樣，有時候就算是觸碰到了，我馬上警覺說對不起，...(略)，如果你願意你可以多釋放一點，我也會努力，我不是一個那樣子...只顧我自己的人。」〔SGW060-01、SGW060-02、SGW060-03、SGW060-04、SGW060-08〕

(2) 表達對關係、對配偶的肯定與重視

G 妻表達出許多對夫妻關係的肯定，包括：現在與夫很好的關係可修補她過往不好的家庭經驗，讓她得以對那些經驗釋懷；也表達出因為夫對她很好，所以她願意把夫妻關係放第一；即使是在談及難過的衝突事件時，她仍表示願意繼續為夫妻關係作努力。例如她說：

G 妻：「我覺得過去家庭帶給我一些很難過的事情，會因為我們之間的關係很好，我就慢慢覺得說沒有關係啦！小時候那些過往都沒關係，...(略)，那過去啦！現在好就好啦！還好現在很好啊！這是因為你讓我很安全的去釋放了。」〔SGW060-07〕

G 妻：「這個關係我是因為我現在跟○○（夫名），所以現在關係我是在這邊，否則的話以前的關係我是沒有的，是會放在後面的。關係我是放在第一個，最重要，因為○○（夫名）對我很好，所以我把它放在第一個。」〔SGW062-01、SGW062-02〕

(3) 給配偶情緒支持

G 妻在表達的過程中，多次因情緒太難過而落淚、哭泣，夫能給予適時的情緒支持。其中一度妻因哭泣到無法說話，催化員示意夫可以起身去安慰妻，夫欲起身，妻隨即表示「沒關係」〔SGH031〕，並努力想繼續分享，夫替妻跟催化員解釋到：「她很在意要維持一個好學生（指遵守活動流程繼續進行，不中斷）...」〔SIG027〕，催化員亦表示妻可以先處理自己的情緒，不用想著一定要把流程走完。

(4) 能感受到配偶所釋出的善意

G 夫對於妻將「關係我」置於四個自我的首位表示感動；G 妻看到夫將「關係我」往前移，使之和「個人我」並列，亦覺得感動。妻也表示，即使夫在衝突事件中表現出「個人我」在前，但現在知道他心中其實是希望「個人」與「關係」平等，只是一時未控制好，她亦覺得釋懷、開心。例如他們說到：

G 夫：「我很感動妳把關係我放在第一位這樣子。」〔SGH081-01〕

G 妻：「我看到這個改變我覺得很感動，我覺得...哇，真的是要把關係提上來，提到至少跟你個人（一樣）。...(略)，我會覺得是很感動的，因為事件是這樣（個人我在前），那你想要的其實是想要把關係，至少個人跟關係你不會把個人突顯。」〔SGW066、SGW068〕

(二) 協調中期至協調後期

1. 增進對自我的覺察與瞭解－配偶回饋增進自我覺察

在妻表示自己的「個人我」與「社會我」高度結合，難以區分時，夫透過舉例協助妻區辨，讓妻知道雖然有時候兩者對妻而言的確不易劃分，但有些時候妻是可以覺察兩者差異，且應該要對「個人我」有所照顧的。他說：

G 夫：「...譬如我們去音樂廳，她（妻）已經尿急了，可是可能隔個幾分鐘要開始，她為了怕說人家都已經坐好了，我們這樣子進來人家會不會覺得很不方便，這個是社會我嘛！那妳個人我就憋尿，...(略)，這顯然就是明擺著個人、社會我是可以拉的，而且本來就是要顧...」〔SGH089-01、SGH089-04〕

2. 增進相互瞭解

(1) 雙方能進行充分的溝通

G 對夫妻在過去的互動中，妻常因覺得自己的思考與說話速度趕不上夫，使其在與夫溝通的過程中，心裡想法難以表達，或是被夫反駁後就放棄。透過此階段的設計步驟，以及累積前兩階段的相互瞭解、善意釋放，兩人能夠針對還希望

配偶做出的調整進行充分溝通，表達自己的期待、對配偶的期待表達自己的困難以及願意努力的心意，達成最終的協調狀態。

(2)具體表達在關係中的需要

妻在此階段已能夠清楚的表達自己的需要、對夫的期待：她希望當她對夫提出與師長同學的聚會邀約時，夫若不想去，她可以接受，但若夫答應要去了，就希望夫可以更融入其中，而不是沒有笑容的讓大家以為他不開心。此外，她亦再次提及希望夫可以在兩人相處的過程中，對其家庭經驗有更多的分享與釋放，一來可以讓她避免踩到夫的「地雷」〔SGW096-01〕，一方面她也希望可以去彌補或平復一些夫在原生家庭中的缺憾或負向經驗，就像夫為她做的一樣。

3. 增進對夫妻關係的覺察與瞭解

此階段除進行兩人在自我圖三的協調外，前一階段曾討論到「夫之原生家庭對『夫妻關係』的影響」，亦再次被提及。妻舉例說明她所感受到的影響（夫曾對妻說「妳像我媽媽一樣」而引發妻不快）；但夫仍堅持家庭經驗是對他「本身」發生影響，而非對「夫妻關係」發生影響，並就妻的舉例表示自己並沒有刻意不去提家庭經驗，而是因為提了讓妻不開心，所以才去避免，換言之，是妻間接決定他這麼做的。

催化員對此做出兩個澄清，第一，妻是不希望聽到夫說「妻像夫的媽媽」，但並不是不希望聽到夫去說家庭經驗對他的影響；第二，夫帶著過去的自己進入夫妻關係，受家庭影響的夫已在關係裡面，是抽離不開的，不管夫願不願意，對夫妻關係的影響都會發生。在催化員的協助澄清下，夫開始正視「家庭經驗對夫妻關係會造成影響」這個事實，認為當中的影響的確難以劃分開來，亦表示日後若遇到在互動過程中觸及了過往家庭經驗，他會願意講出來，試著釋放，妻亦可針對其渴望知道的部分主動提出邀請，他會願意與妻分享，讓妻更瞭解他。

4. 願意在關係中釋出善意

(1)願意為配偶作自我調整

夫妻兩人皆願意針對配偶希望自己再作調整的部分，盡可能的做出調整。夫願意將「社會我」稍往前移，減少妻在重要場合的不安與為難，願意在未來多釋放家庭經驗與妻分享；妻則努力地要去釐清自己的「個人我」與「社會我」，對自己有更多的照顧，特別是身體上的照顧，讓夫可以對她更放心。

(2)照顧配偶的感受與需要

夫將「社會我」往前移的原因，即在照顧妻的感受與需要，因妻表示當她看到自己的老師竟然要一再接地來關心夫怎麼了，是否不開心，對她而言是很難過的，也覺得損傷了她的社會我。而妻希望夫對家庭經驗有更多的釋放，目的亦是

希望對夫有更多的照顧，透過對夫更多的瞭解而能夠去撫慰他、協助他。

(3)表達對關係、對配偶的肯定與重視

妻在此活動的尾聲，再次表達她對兩人婚姻關係的肯定。她說：

G 妻：「○○老師（妻上別的課程的老師）說婚姻關係裡隱藏了修補童年或經驗裡比較傷痛的部分，...(略)，我覺得不管我們的婚姻有沒有修補童年，至少我現在是快樂的，我那個童年的痛苦，偶爾回憶起來可能掉掉眼淚，甚至都不會掉眼淚啦！我覺得至少我現在的婚姻快樂是很重要的，這是我和你之間的關係。」〔SGW094-07〕

(4)能感受到配偶釋出的善意

妻對於兩人在此活動中都願意為彼此做出改變的心意和努力覺得感動，並表示珍惜。她說：

G 妻：「我們兩個都願意去改變的心意我會很感動，我會很珍惜，所以我就捨不得把這個（四個自我的排列紙張）收起來，我覺得這是我的收穫，我覺得有一種溫暖的感覺、熱熱的感覺、愛的感覺。」〔SGW094-10〕

(5)表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態

夫妻兩人在表達對配偶的期待後，亦能尊重、接納配偶現階段所能調整的程度。妻尊重夫因個性的關係，比較不容易主動與生人聊天，但知道他已經盡力在專注聆聽；夫亦尊重妻現階段仍無法將「個人我」提高，只能先努力做到將「個人我」與「社會我」分開這一步，並願意在此部分給予妻協助。例如妻說：

G 妻：「我覺得這個也是個性問題，...(略)，所以如果是他個性我尊重他。」〔SGW085-01、SGW086〕

5. 對改變願意承諾

夫妻雙方於協調的最後，皆對自己的改變做出具體的行為承諾，且特別之處在於兩人其實在生活中都已經有嘗試做出一些相關的行為表現。夫承諾將來在與妻的師長、同學聚會的場合，會盡可能讓自己融入其中，而夫已經有所嘗試的表現為會陪妻的師長、學長學弟去打球，因為這與他的興趣相符，會讓他更容易投入，同時也照顧到了妻的社會我；妻則承諾會對個人身心狀況有更多照顧，身體更健康，心裡更快樂，妻舉例說到，自從音樂廳的憋尿事件後，她知道夫對於她未照顧好「個人我」是會有所擔心的，因而在某次旅遊以及早上的工作坊中，妻都已經試著有所改變，即使很掙扎，但最後還是決定去上廁所，妻表示：「我在這個地方（個人我與社會我的結合），沒有完全那麼跳脫，可是我也很努力的去照顧我自己。」〔SGW090-04〕

(三) 夫妻二人之衝突協調促成因素比較

綜觀 G 對夫妻三階段所出現之衝突協調促成因素，幾乎皆同時存在於夫與妻兩人身上，雙方皆透過自我檢視增進自我覺察與瞭解，透過內在真實聲音的表達、澄清疑慮、進行充分溝通增進相互瞭解，並能在關係中釋出與接收善意，尊重並接納配偶無法改變之處，對自己的改變願意做出承諾。

兩人亦有少部分相異之處，在夫方面，出現「增進對自我的覺察與瞭解－催化員回饋增進自我覺察」、「增進對夫妻關係的覺察與瞭解」、「給予配偶情緒支持」三個因素，前兩個因素主要係指協調歷程中夫對原生家庭帶給自己與夫妻關係之影響有更多的覺察。

在妻方面，出現「增進相互瞭解－充分的自我表達」、「增進相互瞭解－具體表達在關係中的需要」、「增進對自我的覺察與瞭解－配偶回饋增進自我覺察」三個因素，第一個因素源自於妻在過去與夫相處中，因表達力與反應較夫弱，遇到爭執時常出現有口難言的感受，透過諮商活動得以將她在衝突事件中的想法、感受，不受干擾的表達出來給夫瞭解；第二個因素顯示出隨著活動的進展，妻已能清楚表達自己的需要與對夫的期待；第三個因素則出自於妻主動希望夫協助她想辦法做改變，夫因而提供了自己對妻的觀察。此三個因素的依序出現，可以看到妻在衝突協調的歷程中，逐漸有更多的能量、自信、與安全感在夫妻關係中作自我表達。

貳、 綜合五對夫妻之衝突協調促成因素

綜合五對夫妻在協調歷程中所出現之關係協調促成因素，共包括了以下十一個主因素與其中之次因素：

- 一、增進對自我的覺察與瞭解：(一) 自我檢視與自我反省；(二) 配偶回饋增進自我覺察；(三) 催化員回饋增進自我覺察；
- 二、增進相互瞭解：(一) 充分的自我表達；(二) 內在真實聲音的表達【意指表達出過去隱含未表露之訊息】；(三) 具體表達在關係中的需要；(四) 澄清疑慮或誤解【包含澄清過去長久以來之疑慮誤解、衝突事件中的疑慮誤解、及協調歷程當下發生之疑慮】；(五) 雙方能進行充分的溝通；(六) 透過對互動歷程的觀察瞭解配偶；(七) 自己的付出被配偶看到、理解（就夠了）；
- 三、訊息核對帶來對實際現況的瞭解與思考；
- 四、雙方有共識：(一) 看到與配偶想法中有契合之處【意指發現兩人原本就存在的相同想法，而非透過協調歷程達成的共識】；(二) 雙方能進行對目標有共識的溝通；

- 五、增進對夫妻關係的覺察與瞭解；
- 六、增加對配偶之信任感；
- 七、願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意：(一) 願意為配偶作自我調整；(二) 照顧配偶的感受與需要；(三) 表達對關係、對配偶的肯定與重視；(四) 支持配偶照顧個人需求並給予協助；(五) 願意在溝通互動中放低姿態【包含「勢均力敵的兩方，一方先放低姿態」及「高姿態的一方願意放低姿態」】；(六) 對配偶情緒狀態的立即覺察與支持；(七) 表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態；(八) 能感受到配偶所釋出的善意；
- 八、對改變願意承諾；
- 九、期待建立新的溝通模式；
- 十、期待持續成長並有努力意願；
- 十一、幽默感。

在上述因素中，並非每一個因素皆出現在五對夫妻之衝突協調歷程中。每對夫妻之協調歷程各自出現四至八個不等的主要促成因素，如表 4-6 所示：

表 4-6 五對夫妻之關係協調促成因素

A	C	D	E	G
一、增進對自我的覺察與瞭解： • 自我檢視與反省 • 配偶回饋增進自我覺察	一、增進對自我的覺察與瞭解： • 自我檢視 • 配偶回饋增進自我覺察	一、增進對自我的覺察與瞭解： • <u>自我檢視</u> • <u>配偶回饋增進自我覺察</u> • <u>催化員回饋增進自我覺察</u>	一、增進對自我的覺察與瞭解： • 自我檢視與反省 • <u>配偶回饋增進自我覺察</u>	一、增進對自我的覺察與瞭解： • 自我檢視 • <u>配偶回饋增進自我覺察</u> • <u>催化員回饋增進自我覺察</u>
二、增進相互瞭解： • 充分的自我表達	二、增進相互瞭解： • 內在真實聲音的表達 • <u>具體表達在關係中的需要</u> • <u>澄清過去疑慮誤解</u> • <u>雙方能進行充分的溝通</u>	二、增進相互瞭解： • 充分的自我表達 • <u>內在真實聲音的表達</u> • <u>具體表達在關係中的需要</u> • <u>雙方能進行充分的溝通</u> • <u>透過對互動歷程的</u>	二、增進相互瞭解： • 充分的自我表達 • <u>內在真實聲音的表達</u> • <u>具體表達在關係中的需要</u> • 澄清疑慮 • <u>雙方能進行充分的溝通</u>	二、增進相互瞭解： • 充分的自我表達 • 內在真實聲音的表達 • <u>具體表達在關係中的需要</u> • 澄清疑慮或誤解 • <u>雙方能進行充分的溝通</u>

A	C	D	E	G
		<u>觀察瞭解配偶</u>		
		•自己的付出被配偶 看到理解(就夠了)	•自己的付出被配偶 看到理解(就夠了)	
三、訊息核對帶來對實際現況的瞭解與思考				
四、雙方有共識：			三、雙方有共識：	
•看到與配偶想法中有契合之處				
•雙方能進行對目標有共識的溝通			•雙方能進行對目標有共識的溝通	
	三、增進對夫妻關係的覺察、瞭解與反省			三、增進對夫妻關係的覺察與瞭解
五、增加信任感	四、增加信任感			
六、願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意：	五、願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意：	三、願意在關係中釋出善意／能感受到配偶所釋出的善意：	四、願意在關係中釋出善意／能感受到配偶所釋出的善意：	四、願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意：
•願意為配偶作自我調整	•願意為配偶作自我調整	•願意為配偶作自我調整	•願意為配偶作自我調整	•願意為配偶作自我調整
•照顧配偶的感受與需要	•照顧配偶的感受與需要	•照顧配偶的感受與需要	•照顧配偶的感受與需要	•照顧配偶的感受與需要
•表達對關係、對配偶的肯定與重視	•表達對關係、對配偶的肯定與重視	•表達對關係、對配偶的肯定與重視		•表達對關係、對配偶的肯定與重視
•支持配偶照顧個人需求並給予協助			•支持配偶照顧個人需求	
•願意在溝通互動中放低姿態			•願意在溝通互動中放低姿態	
		•對配偶情緒狀態的立即覺察與支持	•對配偶情緒狀態的立即覺察與支持	•給配偶情緒支持
•表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態	•表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態	•表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態		•表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態
•能感受到配偶所釋出的善意	•能感受到配偶所釋出的善意	•能感受到配偶所釋出的善意	•能感受到配偶所釋出的善意	•能感受到配偶所釋出的善意
七、對改變願意承諾	六、對改變願意承諾	四、對改變願意承諾	五、對改變願意承諾	五、對改變願意承諾
八、期待建立新的溝通模式			六、期待持續成長並有努力意願	
	七、幽默感			

標示說明：

○○○○ → 由自我圖一調整為自我圖二之促成因素（即協調初期與中期出現之促成因素）

○○○○○ → 由自我圖二調整為自我圖三之促成因素（即協調後期出現之促成因素）

○○○○○ → 兩次調整皆出現之促成因素

由上表可見，五對夫妻皆出現之關係協調促成因素包括：自我檢視、配偶回饋增進自我覺察、雙方能進行充分的溝通、願意為配偶作自我調整、照顧配偶的感受與需要、能感受到配偶所釋出的善意、對改變願意承諾等七個因素，顯示此七個因素為促成夫妻關係協調之基本、共同的重要因子。

其次，有四對夫妻出現之促成因素包括：內在真實聲音的表達、具體表達在關係中的需要、澄清疑慮或誤解、表達對關係及配偶的肯定與重視、表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態等五個因素，顯示此亦為促進關係協調的重要因素，在大多數夫妻的協調歷程中皆有重要影響。

再其次，有三對夫妻出現之促成因素包括：充分的自我表達、對配偶情緒狀態的覺察與支持二個因素。有二對夫妻出現之促成因素包括：催化員回饋增進自我覺察、自己的付出被配偶看到（就夠了）、雙方能進行對目標有共識的溝通、增進對夫妻關係的覺察與瞭解、增加信任感、支持配偶照顧個人需求、願意在溝通互動中放低姿態等七個因素。

其餘因素則僅出現在單一夫妻之協調歷程中，包括：透過對互動歷程的觀察瞭解配偶、訊息核對帶來對實際現況的瞭解與思考、看到與配偶想法中有契合之處、期待建立新的溝通模式、期待持續成長並有努力意願、幽默感等六個因素。

此外，從表 4-6 亦可看到各促成因素的出現與「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法於不同階段之活動設計有關。活動設計對促成因素出現之影響，詳見本節討論。

參、 討論

在本節的討論上，研究者分為以下二個部分，第一部分在探討「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法之活動設計與夫妻關係協調促成因素間的關聯；第二部分則藉由檢視「人我關係協調」諮商模式之重要工作任務的達成，探討「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法之效果。分述如下：

一、「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法之活動設計與關係協調促成因素出現之關聯

從表 4-6 (P.208-209) 可看到，各促成因素的出現有階段間的差異，有些因素主要出現在協調初期與中期（如表中未加底線之促成因素），有些因素主要出現在協調後期（如表中加底線之促成因素），亦有前後皆出現的促成因素（如表中加網底之促成因素）；此差異主要與「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法的活動設計有關。以下，研究者將依「婚姻關係衝突之人我協調」三階段之進

行步驟與目的，探討此諮商方法的設計與關係協調促成因素出現的相關性。

(一) 協調初期：

步驟 1：兩人找出衝突議題並進行對話。

此步驟主要目的在決定討論之衝突議題，透過平日對話（或衝突發生當下之對話）的重現，做為接下去自我協調與關係協調之素材，並讓催化員更瞭解其衝突議題以提供適當的引導和協助。而在實際進行的過程中，於 A 對夫妻中出現「訊息核對帶來對實際現況的瞭解與思考」之關係協調促成因素。

步驟 2：輪流表達各自的四個自我狀態，排出「自我圖一」，配偶針對其自我圖給予回饋。

此步驟之目的，一方面透過夫妻各自檢視其內在自我的四個面向，並接受配偶聆聽完後的回饋，提升自我覺察與瞭解；另一方面亦透過專注聆聽配偶之內在自我的表達，提升對配偶、對關係的覺察與瞭解。在實際進行的過程中，研究參與夫妻的確在此步驟出現「增進對自我的覺察與瞭解（自我檢視與自我反省、配偶回饋增進自我覺察）」、「增進相互瞭解（充分的自我表達、內在真實聲音的表達、具體表達在關係中的需要、澄清疑慮或誤解）」、「增進對夫妻關係的覺察與瞭解」三個主要關係協調促成因素。其中，A 夫與 C 夫因增加了對配偶的瞭解，亦出現「增加對配偶之信任感」之因素。A 對夫妻則因增加了相互的瞭解，出現「雙方有共識（看到與配偶想法中有契合之處）」之因素。

值得一提的是，此步驟中規定當夫妻之一方在表達時，另一方不用回應，僅需專注聆聽；此規定在協調歷程中亦有重要功效，一方面得以讓表達者做不受干擾的充分表達，另一方面亦讓聆聽者透過專注聆聽而對配偶有更真切的瞭解。因夫妻們在平日的爭執中，很可能在你來我往的互動裡，加上情緒的干擾因素，使得雙方無法清楚的表達與接收彼此的訊息；此規定讓夫妻得以經驗不同於平日的互動模式，為關係協調帶來必要的相互瞭解基礎。從夫妻資料中可發現，未出現「充分的自我表達」之因素的 C、E 兩對夫妻，亦正好在此階段的互動上並未依照不能插話的原則來進行，顯示此規定可能與「充分的自我表達」因素間有所關聯。

此外，催化員的引導亦與促成因素的出現有關，包括協助夫妻對內在四個自我做出區辨、協助夫妻做更多有助於相互瞭解之自我表達（特別是「內在真實聲音的表達」與「具體表達在關係中的需要」等因素），而 G 對夫妻亦透過催化員之回饋增進其自我覺察。

(二) 協調中期：

步驟：在前一階段增進對自我及配偶狀態的覺察和瞭解後，依其各自意願，同時排出「自我圖二」，說明各自的調整，並相互給予回饋。

此階段的設計，目的在讓夫妻在提升了對自我與對配偶的瞭解後，重新考量自己在衝突議題中願意做出的自我調整；這樣的調整，可能是更能夠兼顧彼此的立場與需要的調整。接著，催化員再邀請夫妻對彼此的調整給予回饋，說出對配偶調整的欣賞與肯定，目的在協助與鼓勵夫妻間更多情感關係的連結與親密情感的表達。

在實際進行的過程中，研究參與夫妻在此階段明顯出現了「願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意」之因素，當中又包含了；願意為配偶作自我調整、照顧配偶的感受與需要、表達對關係或配偶的肯定與重視、支持配偶照顧個人需求並給予協助等次因素的存在。前一階段的自我瞭解與相互瞭解是夫妻願意做出自我調整的重要原因，特別是瞭解了配偶的期待、配偶對自己的情感、及其已在關係中、家庭中所做的付出；而對彼此表達支持、肯定、重視等則與催化員在引導雙方進行回饋時，著重在「對配偶表達欣賞與肯定」有關。整體而言，夫妻於此時開始朝關係促進的方向做出自我調整，彼此善意的釋放為雙方互動開啟了正向的循環。

(三) 協調後期：

步驟：依據自我圖二，經兩人溝通協調，討論還希望配偶有所調整的部分，排出「自我圖三」，並找出一件願意為配偶調整的具體行為。

此階段的設計，目的在讓夫妻透過溝通協調，對彼此在關係中的期待有更清楚的理解，進而衡量再做調整的可能性，在溝通協調中取得共識。對表達期待者與調整者而言，皆是站在前兩階段自我瞭解與相互瞭解的基礎之上，並延續前兩階段所累積的善意及互動中的正向感受，再去表達對配偶的期待，及為關係協調再做出自我調整。最後，藉由引導夫妻做出具體行為的承諾，試圖帶動夫妻們回到日常生活中後的第一步改變。

在實際進行的過程中，研究參與夫妻在此階段出現了「增進相互瞭解（雙方能進行充分的溝通、具體表達在關係中的需要）」、「雙方有共識（雙方能進行對目標有共識的溝通）」、「願意在關係中釋出善意（願意為配偶做自我調整、照顧配偶的感受與需要、表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態、能感受到配偶所釋出的善意）」、「對改變願意承諾」、「期待建立新的溝通模式」、「期待持續成長並有努力意願」等因素。顯示此階段之活動設計，的確能讓夫妻透過充分的溝通持續增進夫妻間的相互瞭解、取得協調共識、持續在關係中釋放善意、對兩人

之未來做出承諾並保有期待。

催化員在此階段除持續引導夫妻進行關係衝突協調外，亦在各對夫妻不同的互動狀態下，提供不同的協助，包括：透過催化員回饋增進夫妻之自我覺察（D 對夫妻）與對夫妻關係之覺察（G 對夫妻），以及協助夫妻澄清互動中的疑慮與誤解（C 對夫妻）。

此外，表 4-6（P.208-209）中，加網底者代表夫妻於前後兩次調整皆出現之促成因素，各對夫妻之間的情形略有差異，但其中以「增進相互瞭解」與「願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意」二個主要因素，為較明顯可見之貫穿衝突協調歷程的促成因素，對夫妻達成衝突協調具有重要意義。特別又以「願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意」主因素，在本研究之夫妻衝突協調中，帶動了夫妻互動之正向循環，持續至協調最後，為相當關鍵且重要之影響。此與 Gottman（1999）曾指出，夫妻在關係衝突中，不僅要學習自我撫慰（self-soothe）與撫慰對方（soothe one another），且要能在對方釋出善意時，願意接受對方善意的影響，此要素能為夫妻衝突化解帶來正向的幫助，亦能預測婚姻的快樂與穩定。因而，在諮商歷程中協助、催化夫妻此要素的出現，抑或讓夫妻學習自我撫慰、撫慰配偶、並接受配偶的撫慰，對夫妻關係的促進及良好維繫都是重要的。

除了上述透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法之設計，而在夫妻協調歷程中出現的衝突協調促成因素外，亦有部分促成因素的出現，與諮商方法的設計較無直接關聯，屬夫妻自發之促成因素；其中有的與夫妻之個人特質有關（如：「透過對互動歷程的觀察瞭解配偶」、「自己的付出被配偶看到、理解(就夠了)」、「支持配偶照顧個人需求並給予協助」、「對配偶情緒狀態的立即覺察與支持」、「幽默感」），有的則與夫妻之互動型態有關（如：「願意在溝通互動中先放低姿態」）。

整體而言，在多數夫妻身上皆出現的促成因素，代表為促成夫妻關係協調之重要因素，亦代表透過「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入，能夠帶來的促成關係協調因素；單獨出現在一對或兩對夫妻身上的促成因素，則與夫妻之獨特性相關。因此我們可說，「婚姻關係衝突之人我協調」之諮商方法的各步驟設計，有其欲達成之目的，而透過夫妻實際的互動歷程，夫妻一方面遵循諮商方法的步驟指引，一方面也展現其各自在性格上、互動上、及過往經驗的獨特性，因而在協調歷程中充滿了各對夫妻間的變異性；在協助夫妻進行衝突協調的過程中，催化員能夠隨著夫妻不同的問題與互動模式，保持彈性與開放的態度是相當重要的。

二、「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法能達成「人我關係協調」諮商模式之重要工作任務

本研究之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法在設計上融入了陳秉華（Chen, 2005）「人我關係協調諮商模式」中重要的工作任務；此諮商任務在陳秉華、林美珣、李素芬（2009）的研究中進一步修正為以下四項：第一，協助案主自我覺察；第二，瞭解彼此互動關係與對方的行為反應；第三，增加對彼此的情感性行為反應；第四，表達溝通、面對衝突議題達成共識。

從本研究夫妻在協調歷程中所出現的衝突協調促成因素，可發現「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法在其細緻的步驟安排下，的確能夠達到此四項重要的諮商任務；其中，「協助案主自我覺察」之任務主要透過協調初期四個自我的表達階段來達成；「瞭解彼此互動關係與對方的行為反應」之任務的達成，則貫穿了協調前、中、後期，所有能夠協助夫妻增進相互瞭解的步驟安排；「增加對彼此的情感性行為反應」之任務的達成，從協調中期經催化員之引導而有更多的引發；「表達溝通、面對衝突議題達成共識」之任務，則自協調中、後期，隨著夫妻間實際互動的增加而逐步達成。在此諮商方法的協助下，五對夫妻最終皆產生了衝突協調的正向結果，亦顯示這些諮商任務的確在夫妻衝突協調中是重要的。

第七節 夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化

理解與詮釋

本節主要呈現研究者對五對夫妻之夫妻關係衝突的內在自我及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋；第一部分以五對夫妻分述的方式呈現，第二部分為綜合比較五對夫妻，第三部分為討論。茲分述如下：

壹、 五對夫妻各自之夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋

一、 A 對夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋

首先，研究者根據資料分析結果，分別詮釋 A 夫與 A 妻各自之內在自我所受到雙文化價值信念——傳統華人社會取向（特別是傳統華人家庭文化價值信念）及現代西方個人取向（特別是個人目標追求與現代婚姻家庭之價值信念）的影響。其次，研究者亦根據研究結果，從文化的角度來詮釋 A 夫與 A 妻在衝突協調歷程中，其內在自我與對配偶之關係的協調變化。

（一）A 對夫妻各自內在自我狀態之文化理解與詮釋

從 A 對夫妻的資料分析結果中，研究者發現 A 夫與 A 妻在其衝突議題上，兩人各自的內在自我狀態都同時受到雙文化價值信念的影響。對 A 夫而言，以傳統華人社會取向中的家庭文化價值和現代西方個人取向中的現代婚姻觀部分內涵為其內在主要並存的雙文化價值信念，但以前者為其主要考量；對 A 妻而言，則以傳統華人社會取向中的家庭文化價值和現代西方個人取向中重視個人需求與目標、現代婚姻家庭觀為其內在主要並存的雙文化價值信念，而以後者為其主要考量。以下將分別闡述 A 夫與 A 妻內在自我狀態所受之雙文化影響：

1. A 夫的內在自我所受之雙文化影響

A 夫身上呈現出相當明顯的傳統華人家庭文化影響，反映在其根深柢固的孝道觀念與家族主義中不重視個人需求的價值信念上；然而，在另一方面，A 夫受到西方個人取向文化影響之現代婚姻觀亦清晰可見，使其對夫妻情感關係相當重視，並賦予婚姻「雙方要一起成長」的現代新意義。而就整體而言，A 夫對傳統家庭文化價值的重視是較高的，傾向於父子軸型態的家庭觀念。其所受之雙文化影響詳述如下：

(1) 傳統華人社會取向－家庭文化價值的影響

a. 極為重視孝道觀念

A 夫自述其傳統家庭觀念重，身負長子、獨子的角色責任，加上單親的成長背景，讓夫更為感念母親獨自將自己與妹妹帶大的辛勞歲月，使其無論在認知、情感與行為層面，皆圍繞著「對母親盡孝」的核心關注。即使他對夫妻間的情感關係亦相當看重，但因孝道觀念至深，使得以往當「夫妻關係」遇上與「孝順」相關的議題時，夫心中的排序理所當然地認為「夫妻關係」要有所退讓。在盡孝道的理想目標裡，A 夫實則更期待妻也能與自己一同盡孝，在母親有生之年多順從並滿足母親的需要，若有犧牲或委屈也是理應如此的。

b. 不習慣情感表露

A 夫在孝道的「展現方式」上，亦可見傳統華人文化之影響。在傳統華人文化中，情感的表達是內斂而含蓄的，並不習慣直言說愛，夫在此文化環境下成長，表示自己與母親的互動方式一直不是很親近，不習慣對母親表達言語關心或聊天談心。然，夫內心對母親其實有很深的愛與感謝，因而選擇以物質生活的充分給予，來表達自己對母親說不出口的感情與感激。也正因物質生活的充分給予為夫長期以來表達孝心的主要方式（甚或是唯一方式），使得夫更難對此做出妥協或讓步，而讓兩人在金錢議題上的衝突一直存在著。

c. 受到「家族主義一體感」的影響，將個人需求置於最後

A 夫自婚後就一直將個人需求置於最後，並甘於如此，表示對現階段的他而言，若在夫妻關係與家庭照顧（母親為主）兩方面都可以處理得很好，個人就已得到極大的滿足。其以家庭為重，個人為輕，此為華人傳統文化中家族主義特徵的展現；亦象徵著透過個己的延伸，將自己擴大為包含了關係與家庭的「大我」，使得單純之個己的存在感已不易察覺或與關係、家庭區分。同樣的，A 夫亦視妻為自己的延伸，而出現了夫妻的一體感，希望兩人一同盡孝、一同退讓，自己願為母親犧牲的心意理所當然的套用在妻的身上，此種夫妻之間不需清晰劃分出界線的概念，亦為華人傳統之家族婚姻觀的展現。他說：

「...有些時候我會覺得說讓妳在這個家裡面受點委屈啊，可能某種程度我都會覺得是應該要理所當然的【妻抬頭看夫】，我會認為說，因為我就是這樣子思考，我覺得我多犧牲一點、多委屈一點 OK，所以我會用同樣的邏輯去推到妳身上，因為我們兩個是一體的。」〔SAH154〕

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 受現代婚姻觀的影響

現代婚姻觀在 A 夫身上的影響包括：夫妻在關係中一起成長、重視夫妻關

係與婚姻的情感性目的。他提出了含有現代意義的婚姻觀念，認為婚姻應該是讓兩個人一起持續成長，而不是一個人絆住另一個人，因而願意支持 A 妻的追求其個人理想。他也提到雖然婚後他將自己的個人需求調整至最後，但關係需求的滿足可彌補其「個人我」做出的改變；此亦顯現出「婚姻」已跳脫傳統社會中的功能性意義，而重視婚姻關係本身所富含的情感性目的。夫說：

「...我也不希望說她結了婚之後，每一件事情都是因為要考量到我，然後就瞻前顧後，或者說很多東西就不能做，我不希望我是那個絆腳石啦！...因為我覺得婚姻是要讓兩個人彼此繼續成長，而不是好像一個人要綁住另外一個人，不讓她往前走或往前動」〔SAH177、SAH178〕

「...我自己還蠻能夠...釋懷，就是說就算不去做那些事情（個人旅遊）也沒有關係，因為有別的事情，比如說我有跟老婆一起去做些那些事情啊什麼的，我覺得還好，不會說...就覺得說...哇～好像被剝奪掉什麼東西了...」〔SAH136-02、SAH136-03〕

2. A 妻的內在自我所受之雙文化影響

A 妻受到的華人傳統家庭與婚姻價值信念影響較弱，但仍持有對傳統妻子與媳婦角色責任的認知，也存有對婆婆盡孝的觀念。相較之下，A 妻身上更明顯的是現代婚姻家庭價值信念的展現，包括對核心小家庭的維護、對夫妻關係的看重、及對婚姻關係與婆媳關係所賦予的現代性意涵，是為傾向於夫妻軸型態的家庭觀念；此外，A 妻對個人需求、個人理想的省思與追尋，亦展現出其現代性個人取向的心理特徵。以下分別呈現之：

(1) 傳統華人社會取向—家庭文化價值的影響

a. 對婆婆的孝順心意

A 妻對婆婆有其孝順立場及心意，她認為心靈上的關懷為首，其次為有限度的金錢給予，這樣的孝道觀念雖與夫在強度及著重之面面向上有很大的差距，但此孝心的存在卻在兩人的衝突協調中扮演了很關鍵的角色，讓兩人能在共有的心意中協調出雙方都能接受的孝順表達行為。

b. 對傳統妻子、媳婦角色責任的認知

A 妻對自己仍存有傳統妻子角色的認知，認為身為「妻子」，在地位上是相對的弱勢，似乎應在各方面給夫協助，以夫為主；她亦有來自婆婆賦予的媳婦角色壓力，雖不是很強烈，但仍能感受到自己被期待是一個「正常的媳婦」〔SAW124-01〕，能盡到如生孩子、照顧家庭等媳婦應盡的責任。受現代西方個人取向文化的影響，這些角色責任並非妻所自我期待的樣子，但因心中存有這樣

的認知，仍不可避免地受到影響，使得妻在欲追求個人理想的同時，面臨了「追求個人目標 vs. 符合妻子、媳婦角色期待」的內在衝突。

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 維護核心小家庭的優先性

A 妻在言談中表露出許多對核心小家庭的維護，除了在金錢的規劃上都是以核心小家庭的需要及利益做為最優先的考量外，亦強調核心小家庭的地位，並與夫之家人有所劃分。此外，A 妻期待夫也能像她一樣，站在核心小家庭的立場上為未來做金錢規劃；甚至期待婆婆也能多為核心小家庭著想，調整其花費過高的用錢習慣。

b. 對核心小家庭的責任與付出

A 妻在婚姻中與 A 夫共同承擔家計，在兩人的努力下一起買房子、買車子，雙薪家庭的運作型態打破「男主外，女主內」的傳統角色責任分工。然而，因受到傳統華人文化與現代西方文化的雙重影響，此型態為 A 妻帶來交摻兩種文化思維方式的複雜心理狀態。

長期以來，A 妻對於必須與夫一同承擔家計而無法為自己存錢是感到委屈的，此委屈來自於妻對夫存有隱微的傳統男性角色期待，覺得「家計應由先生承擔」；然，妻「無法為自己存錢」的委屈透露其並非也同樣對自己有傳統女性角色「主內」的期待，而仍是願意或希望工作賺錢、追求個人理想的。她說：

「我結婚之後，賺錢、存錢變成是壓力很大的一件事情，原因在於因為我不可能把我自己賺的錢自己全部存下來，而是要再去 cover 家庭的開銷，甚至於你（夫）的開銷、媽（婆婆）的開銷等等。」〔SAW115-01、SAW115-02〕

「...你那個時候【加強語氣】（結婚前）的想法都只有想到你自己，沒有想到你未來另一半的生活，是不是要讓她過得很無憂無慮，...(略)，所以你結婚的時候我們兩個等於是從零開始，我要這樣子跟你一起打拼，建立一個家，買房子等等，我有時候想一想會覺得好累，真的很累。有些女生會覺得說，找老公當然就是要找有房子有車子，嫁過去就是享福，可是我是認識你之後我們才一起買房子、一起買車子...」〔SAW119-05、SAW119-06、SAW119-07〕

此共同承擔家計的狀況，雖 A 妻內在並未完全滿意，但仍屬於其可接受，也願意為核心小家庭付出、妥協的狀態；而也因家計是由兩人共同承擔，使得妻更強烈感受到夫應該要為核心小家庭的金錢調配重新做規劃，亦更有立場對夫提出此要求。她說：

「你結婚前你問不問（婆婆的金錢使用）當然是只有你跟你媽的事情，可是現在整個家庭的開銷是我們兩個人【加強語氣】共同承擔的，你應該也要站在我

的立場或是我們以後、未來小朋友、退休的立場多想一下吧！」〔SAW052、SAW053〕

c. 持有「現代華人」之婚姻家庭觀：賦予個人性的現代婚姻意義與婆媳關係

A 妻對「婚姻」的看法具有不同於傳統的現代意涵，對「婆媳關係」的看法亦與傳統觀念有明顯的差異。在婚姻的意義上，妻認為婚姻與家庭係因機緣組成，她不諱言地談到兩人可能會因年老、或發生不可抗拒的生命變數，造成只剩其中一人獨自生活，因而必須要在某方面訓練自己的獨立性，而非只是依附在對方底下才能過生活。此與僅強調婚姻為最終歸宿而避談分離之傳統婚姻觀念有所不同，亦意謂著妻認為夫妻是兩個分開的個體，有培養並發展個人興趣的需要，不同於夫所抱持之「夫妻一體」的概念。她說：

「我覺得每一個人都有自己的人生，家庭跟婚姻只是因為...某些因緣際會的關係，所以組成這樣子的家庭，兩個人一起生活，可是到頭來有可能變成是自己一個人。」〔SAW258-01〕

A 妻對「婆媳關係」的談論，表達出其不同於傳統觀念中所界定的婆媳角色關係，例如：媳婦應將公婆擺放在最優先的地位、負擔起主要侍奉公婆的責任，甚至取代自己的親生父母等觀念；而是認為她與婆婆原本並不是親人，自己是因夫才與婆婆有關係，在自然情感的親疏考量上，夫身為婆婆的兒子，相較之下應當比妻負起更多照顧婆婆、與婆婆親近的責任。她說：

「我跟她（婆婆）本來就不是從小就認識、在一起的親人，我是因為你才跟她有關係，可是你【加強語氣】是她兒子，你更應該要去做關心她的這個角色。」〔SAW242-03〕

d. 重視個人需求與目標

A 妻對個人需求有一定程度的重視，雖在過去妻一直將夫妻關係置於首要地位，但她期許自己未來可漸漸讓「個人我」回到與「關係我」平等的位置，多為自己著想而不要為夫擔心過多。她透過對自身角色的檢視與反思，感受到內在對追求個人理想的渴望，不希望自己只是照著家人的期待生活，因而開始為個人理想努力，也盼望在追求個人目標的同時能得到夫的支持與協助。

A 妻對個人需求的重視是其現代性心理特徵的展現，此亦反映在她對夫之個人需求的重視。因夫在其自我圖的排列中，一直將「個人我」置於最後，表示個人無特別需求，只要關係與家庭能夠得到滿足就好；妻在協調的過程中，表達其希望夫能更照顧其個人需求的想法，她認為每個人都有自己的人生，即使有了家庭或婚姻，到最後還是可能變回自己一個人，因而「個人我」的發展與需求滿足是重要的，她希望夫能找到一些真正自己喜歡、想做的事情，而不是一切都為了妻或母親。她說：

「...如果以後我不在了，不管發生什麼事情，你還是可以自己過得很好，而不是一切出發點都是因為我跟媽，你的人生才會覺得很幸福，...(略)，你可以去多找一些你覺得是你真的想做的事情，而不是一切只為了我。」〔SAW258-02、SAW259〕

(二) A 對夫妻衝突協調歷程之文化理解與詮釋

1. A 夫個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) A 夫個人內在自我的改變

在此諮商方法的介入下，透過夫之自省及妻之孝道觀念的表達，他更強烈意識到「多給予母親心靈上的溫暖關心」，是身為兒子的他應做而未做好之處，因而最後表示願意在未來多對母親表達言語關心，並願意以關心的立場去瞭解母親金錢使用，進而斟酌調整的可能。此改變顯示他更高程度地接受了其個人對母親過去隱藏的關心與情感是需要對母親表露的，而不只是提供母親金錢，使其生活無慮就算盡孝。他的改變與在諮商工作坊中強調個人內在自我之情感與需要的表達，鼓勵夫妻溝通達到對彼此的理解與接納是有直接關係的；以致於夫妻溝通協調之後，A 夫願意與妻子稍作妥協，以同時兼顧到維繫夫妻關係和對母親盡孝。但即使如此，A 夫以孝順為其核心價值的信念並沒有改變。

A 夫從其原本內在自我出現「照顧夫妻關係」與「對母親盡孝」的內在衝突，轉變為在不改變其孝道核心價值的前提下，兼顧關係我與家庭我的需要，重獲內在自我的平衡狀態。研究者認為，此變化係透過自我協調歷程重組了傳統孝道文化與現代家庭文化的特徵——當夫更能接受以情感表達的方式去傳達對母親的孝心，更重視與母親互動的親密情感，他趨近了妻的期待，因而滿足了內在欲照顧夫妻關係的需要，但在此同時，他欲照顧母親的孝順心意並無須減弱，只是改以不同的方式表達；夫的內在自我形成了一個同時涵括傳統／現代雙文化特徵的孝道表現方式，因而能化原本的內在衝突為兩者兼顧，達到內在自我的平衡狀態。

(2) A 夫對妻子的關係的改變

A 夫「將個人置於關係與家庭之後」的價值排序，不僅在自身的行為上加以實踐，亦影響了夫對妻的期待與觀感，夫希望妻也能夠與他同樣重視孝道，不希望妻去計較給母親的零用錢金額；但透過在諮商活動中的彼此溝通，夫對妻有更多的瞭解，發現原來妻一切都是以核心小家庭和夫妻關係為優先考量，而非以她個人考量為優先，夫不再對妻的付出有所懷疑，而願意開始照顧妻在夫妻情感關係、共同關心核心小家庭財務積蓄的需要，並對妻追求學業的個人目標給予支持，對妻對婆婆所盡的孝道、願在家庭關係上做的努力，也給予同理、安慰、支持及協助。他對妻子的理解、接納、支持都有明顯的轉變。

研究者從文化的角度來理解與詮釋，可以看到夫對母親的盡孝，深深受到華人家庭孝道的影響，再加上他身為獨子奉養寡母的責任，他所展現出來的孝道價值信念更是堅強，這是可以理解的。而他也很自然的將對母盡孝的期待加諸在對妻子身上，認為妻與自己應一同退讓犧牲，以孝順母親為優先，因兩人是一體的，這又是展現出夫的家族主義一體感的個己延伸，夫的觀念明顯受到傳統華人父系家族主義思維的影響。

2. A 妻個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) A 妻個人內在自我的改變

在諮商方法的介入下，妻對自己在婚姻關係中為人妻、為人媳婦的處境，以及過去因婚姻關係而有所犧牲的個人需求都有更多的自覺與思考，在感受到對追求個人理想的渴望同時，也感受到此與傳統婚姻角色相違背的內在衝突與矛盾。即便她已開始為追求個人理想付諸行動，考上了研究所，但對於要去念書仍有許多的不安。然而，透過她將這些矛盾與不安在諮商活動中表達出來，並獲得夫對其追求個人理想的支持，甚至表示願意在她難以兼顧家庭與課業時盡可能給予協助，她很大程度地減弱了內在自我的衝突，對追求個人理想展現出更多的自我肯定，慶幸她為自己做了這樣的一個決定。

另外，因妻受到較多現代化婚姻家庭觀念的影響，與夫在金錢議題上產生了對立，此亦造成她長久以來在家庭資源分配上的內在衝突。透過在諮商活動中妻對其立場更多的表達與澄清，此內在衝突首先受到夫之調整的影響而減弱，而在自我衝突減弱的同時，她亦因關係需求的滿足帶動其內在對夫之家庭更多的重視，因而走向了能夠兼顧「以核心小家庭為重」與「對婆婆盡孝」兩種需求的協調結果。

(2) A 妻對丈夫的關係的改變

A 妻原本在此衝突議題上，對夫有許多的不滿與無奈，覺得自己所煩憂的家庭經濟問題夫並不重視，她希望夫能夠像她一樣看重核心小家庭的地位，為小家庭的未來著想，而不是只有她在為此煩心，夫卻一心只以母親為重。透過諮商活動中的彼此溝通，因夫做出了妻所期待的改變，願意更關注夫妻關係與妻在此議題中的擔憂與壓力，此改變帶給妻很大的影響。妻接受到夫的善意，開始表達更多對夫及兩人關係的肯定，她提到了夫在其他方面對自己的好，將兩人情感關係中累積的正向感受納入其知覺中，而非僅著眼在衝突議題上的不滿；她亦增加了對夫的瞭解，更深刻的認識到孝順對夫的重要性；她也接納了夫照顧母親的需要，並願意與夫一同努力，甚至鼓勵、支持夫多對母親表達關心。她對丈夫的理解、接納、支持亦有明顯的轉變。

從以上的研究結果與文化理解及詮釋，可以得知 A 對夫妻所處理的衝突議題，在文化的意涵上主要可視為「傳統孝道文化」與「現代婚姻家庭觀」之間的衝突。傳統孝道為 A 夫所關注的核心，現代婚姻家庭觀則主要顯現在 A 妻相當強的核心小家庭意識上，兩人在衝突議題上的對立，具體而言為「對母親盡孝的維護」與「對核心小家庭利益的維護」間的對立。然而，在 A 夫「孝道為首」的強烈意識下，夫妻間的情感關係仍為其所相當重視及在乎，這亦成為夫在確定妻是以關係為其最優先考量後，願意往妻所期待的方向調整改變的重要因素；而在 A 妻重視核心小家庭、以夫妻關係為主要關切的思維下，傳統孝道仍對其有所影響，其心中所存有的孝順立場與心意，亦在被夫所理解後，成為影響夫願意做出調整與改變的重要原因。衝突議題本身與衝突協調的產生，都深受傳統及現代文化的雙重影響，夫妻都走向同時兼顧了維護傳統孝道與看重現代夫妻與核心小家庭利益，兩人在衝突議題上取得了共識。

二、C 對夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋

首先，研究者根據資料分析結果，分別詮釋 C 夫與 C 妻各自之內在自我所受到傳統華人社會取向（以傳統家庭文化為主）與現代西方個人取向（以重視個人需求和現代婚姻家庭觀為主）雙文化價值信念影響；其次，亦根據研究結果，從文化的角度詮釋 C 夫與 C 妻在衝突協調歷程中，其內在自我與對配偶之關係的協調變化。

（一）C 對夫妻各自內在自我狀態之文化理解與詮釋

從 C 對夫妻的資料分析結果中，研究者發現 C 夫與 C 妻在其衝突議題上，兩人各自的內在自我狀態都同時受到雙文化價值信念的影響。對 C 夫而言，以傳統華人社會取向中的家庭文化信念、和諧觀和現代西方個人取向中的現代婚姻觀為其內在主要並存的雙文化價值信念，但以前者為其主要考量；對 C 妻而言，則相當偏向現代西方個人取向中重視個人需求、現代婚姻家庭觀的文化價值信念，但仍因夫的緣故對傳統華人社會取向中的家庭文化信念有一定限度的重視和承擔，此亦形成其內在並存的雙文化價值信念。以下將分別闡述 C 夫與 C 妻內在自我狀態所受之雙文化影響：

1. C 夫的內在自我所受之雙文化影響

C 夫身上呈現出相當明顯的傳統華人家庭文化影響，反映在其對傳統家庭觀與孝道的重視、由傳統家庭觀衍生之婚姻觀、不重視個人需求、重視和諧避免衝突等方面；然而，另一方面，C 夫也受到現代婚姻觀的影響，使其對夫妻間的情感關係亦相當看重，並在妻的影響下，對兩人因文化帶來的不同處境有更多的意識。就整體而言，C 夫對傳統家庭文化價值的重視是相當高的，傾向於父子軸型態的家庭觀念。其所受之雙文化影響詳述如下：

(1) 傳統華人社會取向－家庭文化價值的影響

a. 重視傳統家庭觀與孝道

C 夫重視傳統家庭觀念及孝道，強調倫理關係、家族和諧、家族團結，覺得這些都是正確、應傳承給下一代的價值觀。他樂於營造家庭的和諧氣氛，凝聚家人之間的情感，且能享受其中，在認知、情感、行為的層面上都展現出對傳統家庭觀與孝道的重視及內在認同。C 夫表示自己從小在這樣的環境長大，深受這樣的觀念所影響，加上父親過世後，母親照顧他們數個小孩長大，親戚們也給予諸多關懷和溫暖，使得身為長子的他，覺得自己現在有能力給予家人回饋或心靈上的照顧陪伴，他都樂意親力親為，盡量做到圓滿，雖然是無法拋卻的家庭責任，但他也從過程中得到快樂與成就感。例如他說：

「我們之後有小孩，他也會看得到我們之間這樣重視倫理關係，我們教育下一代，我覺得他們也會耳濡目染，這樣是一種很好的傳承。」〔SCH135-02〕

「我覺得重視家庭或是傳統觀念，是一種正確的社會價值觀，...(略)，我覺得這是天經地義的啊！孝順或是有家庭觀念，重視倫理道德，倫理觀念，家庭的和諧，這也是符合社會價值傳統的社會價值觀念。」〔SCH155、SCH156〕

「從小爸媽給我的觀念，我會覺得看到他們跟叔叔、姑姑、阿姨、舅舅很和樂，我自己就覺得我以後也要營造這樣子的家庭模式，讓我的小孩也覺得這樣的環境，很有依靠或很有支持。」〔SCH161〕

b. 由傳統家庭觀衍生之婚姻觀

C 夫對傳統家庭觀的重視亦影響其婚姻觀，認為先有原生家庭的穩固與和諧，才能在這樣的基礎上去發展良好的夫妻關係，家庭是婚姻的基礎，婚姻是家庭的延續，兩人關係由家庭出發，也由家庭氣氛所感染。夫亦認為，夫妻關係包含在整個家庭關係當中，因此當他照顧家庭，就已經兼顧到對妻的照顧。例如他說：

「我一直認為說在家庭裡面是穩固了，再進入到兩夫妻，我們之間能夠好，就是由家庭的氣氛感染，感染到妳會覺得這樣子是很溫馨的。」〔SCH135〕

「我本來一直覺得老婆就在家庭裡面，是一起照顧的...」「原來我的想法覺得說在家人和妳一起相處的時候已經兼顧到妳了，...(略)，我在那邊，我已經在妳旁邊了，我已經兼顧到妳。」〔SCH176、SCH501〕

c. 受到華人家族取向、關係取向之影響，將個人需求置於最後

C 夫一直將個人需求置於最後，覺得若能帶給家人、妻子快樂，自己就已經覺得很滿足，也會因覺得自己將家庭與夫妻關係經營得不錯而有成就感，這樣就算是已經照顧到他的需要了。他說：

「(我)比較沒有在個人這一塊(的需求),我自己會覺得說如果大家(大家庭的家人)開心的話,我就開心了。」〔SCH169〕

「我會覺得說這樣(自在過兩人生活)沒關係是因為我覺得妳會蠻高興的,我就高興啊」、「我是希望妳開心,我也會開心」〔SCH212-03、SCH221〕

d. 維持和諧、避免衝突

C 夫除了上述在傳統家庭觀念中強調家庭和諧外,從夫妻兩人的互動過程中,亦可看到夫內在對於維持溝通中之和諧的重視——避免負向的用詞表達;避免負向情緒的高漲;並會在其覺得妻的態度過於「強勢」〔SCH378〕、「強硬」〔SCH385〕時,予以提醒。例如兩人以下的對話:

C 妻:「你就說,因為你覺得我講得都差不多,所以你知道了,不想聽了,就是這個意思嘛!」〔SCW075〕

C 夫:「不是不想聽了,是聽起來都一樣」〔SCH068〕

C 妻:「就是不想聽啦,聽起來都一樣不就是不想聽了嗎?」【笑】【夫笑】「你幹嘛不老實,就講啊!」【笑】〔SCW076、SCW077〕

C 夫:「不是不老實,是幹嘛要這樣的語氣講出來?」【笑】〔SCH070〕

C 妻:「不會啊,這樣子才能夠直接表達出你的感受啊!」〔SCW078〕

C 夫:「好...」〔SCH071〕

C 妻:「就是不想聽了?」〔SCW079〕

C 夫:「差不多...」〔SCH072〕【妻大笑】【夫笑】

C 妻:「我每次講完一遍(自己的想法意見),你就會提醒我啊,不是嗎?你就會講說為什麼都要這樣子講(指語氣態度不佳),幹麼幹麼的,對不對?」〔SCW594〕

C 夫:「可是妳還是蠻大聲的...」【笑】〔SCH581〕【妻笑】

此外,夫亦表示在夫妻關係中自己並不會主動反映問題,只要妻沒有提出問題時,兩人之間就沒有問題。雖夫自述是其「沒有發現」,但由協調歷程中,夫在妻的堅持下仍提出了想處理的衝突議題,以及過程中的表達與討論,也可以看到夫是有其內在衝突與對關係的擔憂、期待的;只是維繫和諧的思維與價值觀使然,讓這些內在衝突或擔憂平日都被壓在心中,夫本身並不給予關注,故不易察覺;或是在其以「和諧」為更高關注的價值觀下,他可以維持表面的虛性和諧,只要妻沒有對現況有所不滿,自己覺察到的關係影響因素或內在衝突都是他可以或願意忍受的。例如他說:

「我比較沒有(問題),其實妳啊...嗯...沒有問題通常我們都沒有問題,每次有問題都是妳又開始或是煩惱什麼事情,問題才產生。」〔SCH018〕

「基本上如果看到妳沒有什麼煩惱的時候,我其實大部分都還蠻ok的。」

[SCH224]

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 受現代婚姻觀的影響

現代婚姻觀在 C 夫身上的影響為：重視夫妻關係與婚姻的情感性目的、對小家庭生活型態有隱微的嚮往。不同於傳統婚姻的功能取向，C 夫對於夫妻間的情感關係仍是相當看重，亦對現代許多核心小家庭的生活型態有「潛意識」[SCH182-03] 的嚮往。也因其對夫妻關係的重視，在瞭解到妻對自己的在乎及在關係中的渴望後，願意對妻的「關係我」有更多的照顧和回應。他說：

「我自己其實也很希望說看到很多現代新的小家庭，自己搬出去住，就是我們兩人的世界，我們自己規劃自己的生活，都不用受到家庭的羈絆，...(略)，潛意識的內心也會覺得這樣很快樂，快樂的同時我想妳也快樂我也快樂。」[SCH182-02、SCH184]

b. 對兩人因文化因素帶來的不同處境有更多的意識

透過結婚一年多來，夫之「關係我」與「家庭我」受到的衝擊、妻對許多問題的反應、以及活動中的討論與協調，夫愈加意識到在婚姻關係中，先存的文化因素帶給夫妻兩人的不同處境，而更能理解妻所承受的壓力及內在不同於夫的需要與期待，此轉變在活動中亦有明顯的展現。

C 對夫妻在一開始針對衝突議題進行對話時，C 夫對於自己家族內頻繁的往來互動感到很習慣，也很喜歡，認為「家庭活動」是家族同樂，不理解妻覺得「哪裡不好玩」[SCH034-01]；但對 C 妻而言，這種與親友互動頻繁的生活型態與她過去的生長環境相當不同，加上互動的親人與場景，皆是夫的家人、家族場合，因而為妻帶來很大壓力，他們的對話如下：

C 妻：「...那種全體出動的活動，非常非常非常【加強語氣】的多，...(略)，幾乎已經占掉所有假日的二分之一了，...(略)，你很習慣，你也覺得 ok，可是我非常的不習慣啊！我覺得我今天是嫁給你一個家庭，然後去做這一些事情...」[SCW046、SCW047、SCW049、SCW050]

C 夫：「這不用做事耶，去玩樂耶！【妻笑，無奈】對啊，又不用妳去洗碗...」[SCH043、SCH044]

C 妻：「不是啊，可是我覺得那對我來講就是一個活動，我就不斷的一直在參加一些活動，一些...沒有很大很大興趣的活動，就好像...有點像應酬，...(略)，大大小小的應酬。」[SCW053、SCW055]

然而，當諮商活動進行到第三階段（協調後期），C 夫已能自發地意識到因為家庭活動的場合都是夫家的人，所以他能夠在活動中仍保持自在地與妻相處，但對妻而言則不然。他說：

C 夫：「我的意思是說，兩個人相處，旁邊可以有人，我講的話都還可以一樣，但是妳兩個人相處，跟旁邊有人，妳講的話就會不一樣，因為場合和人，都是我的家人，妳懂我意思嗎？所以我的那種需要不用說局限在單獨兩個人，但是，妳這樣講，我會能夠感受到妳有單獨兩個人相處的需要。」〔SCH507、SCH508、SCH509〕

2. C 妻的內在自我所受之雙文化影響

C 妻所受到的華人傳統家庭與婚姻價值信念影響弱，出於其自發的關注很少，但因受到 C 夫對家庭觀念相當重視的影響，也連帶的使她為了夫，而對傳統家庭觀念有一定的在乎及責任承擔。相較之下，C 妻身上具有明顯的現代個人取向的心理特徵及現代婚姻家庭價值信念，反映在其對個人需求的重視及對夫妻間情感關係的看重，為傾向於夫妻軸型態的家庭觀念。此外，C 妻亦因其帶有現代個人取向與婚姻家庭觀之思維，使其在婚姻關係中對於先存的文化因素（女方嫁入男方家）帶來的婚姻問題有較高的意識。以下分別呈現之：

(1) 傳統華人社會取向—家庭文化價值的影響

a. 對傳統家庭觀及孝道有限度的重視

C 妻自述其對家庭的重視來自於她對夫的重視，因瞭解家庭與母親對夫的重要，以及夫對妻在家庭我的期待，而做出有限度的配合與努力；亦表示自己原本也不會在意家人的眼光或角色期待，是受到夫的影響，而漸漸內化為自己的行為依據。整體而言，傳統文化對妻仍具有影響力（主要為由夫而來的間接文化影響），但其看重程度與能做的付出則有一定的限度，內心設想的理想狀態為在不影響夫妻關係的前提下所能照顧到的程度。因此，較貼切的說，對家庭觀與孝道的重視雖來自傳統華人文化，但「有限度」的承擔則已富有現代婚姻家庭觀的色彩。她說：

「我覺得這個（家庭我）也是必要的，我能夠做的，能夠配合的，譬如說一個程度上，我覺得六十分我可以做，我當然會去做。」〔SCW264、SCW265〕

「那個（洗菜煮菜）不是我本來會做，而且現在其實很多人也沒有做，我一直覺得不見得一定要做什麼才能夠真的表達出孝順，你甚至只是口頭的聊天或是一些心意的表達就夠了，而不是說你一定就是要煮菜啊，要洗米啊，要用手洗衣服啊，要幹麼幹麼，才顯示說喔～這個媳婦真的很乖巧，可是你就會帶給我說我必須要這樣做才能夠感覺像一個媳婦，...（略），可是問題應該不是這樣才決定你孝不孝順啊！我在我家也都不會做這些事情，可是這也不代表我不孝順啊，別人也沒有做，也不見得會被人家指指點點啊，可是你會無形中就透露出應該要怎樣做怎樣做，所以我也是有在配合啊！」〔SCW412、SCW413、SCW414、SCW415〕

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 重視個人需求

C 妻對「個人我」需求相當重視，她表示自己原本的個性就很強調個人的自在，需要有獨立的時間空間，因此當夫無法在「關係我」滿足妻時，妻便會退到「個人我」，尋求自己的個人我滿足、快樂、與安全感。甚至，妻之所以這麼喜歡與夫兩人相處的感覺，亦有部分原因來自在單純的兩人關係中，她可以真實的展現原本的自己，亦即同時滿足其「關係我」與「個人我」的需求。例如她說：

「我其實是很在乎自己的空間跟自由，還有不要被拘束的那種限制感，我個人其實一直都是非常強調這一方面。」〔SCW248-01〕

「就是兩人在一起很快樂啊，也很自在，要幹嘛就幹嘛，不用想很多，也不用擔心人家怎麼想啊，就很真實的表達自己要還是不要，我喜歡就喜歡，不喜歡就不喜歡，不要勉強我或幹嘛。」〔SCW252〕

b. 持有「現代華人」之現代婚姻觀：重視夫妻關係及婚姻的情感性目的

在 C 妻的觀念中，夫妻關係是家庭中最重要關係，夫妻二人的情感經營才是婚姻的基礎，兩人間的互動應受到彼此最多的重視。在妻的自我表露中，夫妻間的情感因素是其關注的核心，在「關係我」中有很大的情感性需求與期待，想要有很多與夫相處的空間時間、被夫關注、在夫的心中占有最優先的地位。妻亦表示若她能確定自己在夫心中的地位是優先的、安全的，就能夠自然地去關注到家庭（夫家）的層面，不會有內在的掙扎、衝突、或不甘心，所有的事都可以溝通。夫妻關係和諧、情感深厚穩固，能幫助她更安心的與夫家庭和諧共存。例如她說：

「除非今天我確認我是很安全的，那我自然這個部分（家庭我）是可以出來的，因為我知道就是以我為優先啊，所以很多事情都可以再溝通啊！」〔SCW444〕

c. 對夫妻關係中問題的意識高於夫

前面所提及先存的文化環境因素，使得婚後女性所面臨的改變與調適一般而言多過於夫，相對的也就較容易遇到困難或不適應，加上 C 妻會將所遇到的問題表達出來，使得夫有「妳沒有問題通常我們都沒有問題」〔SCH018〕的感覺。妻對夫這樣的說法並不接受，解釋並非自己在杞人憂天或問題較多，而是夫對許多事已經習以為常，但面臨改變的是她。例如她說：

「很多時候是你根本沒有改變，改變的是在於我啊...就是環境、生活的改變啊！」〔SCW035、SCW036〕

「不要講（煩惱）來自於我，是你自己沒有覺察...」〔SCW473〕

(二) C 對夫妻衝突協調歷程之文化理解與詮釋

1. C 夫個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) C 夫個人內在自我的改變

在諮商方法的介入下，C 夫透過自我覺察、妻對夫妻關係極為重視的親密情感表達，更強烈地意識到他需要將對原生家庭的照顧與對妻子的照顧劃分開來，因而最後願意安排更多與妻單獨相處的時間，包括在家中的獨處時間以及兩人單獨的出遊，甚至願意以先安排兩人活動、再安排家庭活動這樣的次序改變，對夫妻關係有更多的照顧。此改變顯示他更高程度地接受了現代婚姻觀中，夫妻關係所具有的獨特地位，也接受了唯有將夫妻關係與原生家庭關係有所區隔，他才能真正達到他想經營好夫妻關係的目標，而非如過去般，將夫妻關係含納在家庭關係底下，以為透過對家庭的全面性照顧，維持大家庭的和樂，就等於照顧到了與妻的相處與關係經營。他的改變與諮商活動中給予雙方機會表達其內在真實感情及需要，並透過充分溝通增進對彼此的瞭解有直接相關；以致夫妻溝通協調後，他願意往妻所期待的方向調整，以同時兼顧到維繫夫妻關係和對原生家庭的照顧。

(2) C 夫對妻子的關係的改變

C 夫過去一直以為妻不喜歡參加夫之家庭活動，是為了滿足其要有自由時間空間的個人自主需求，加上妻的表達方式會伴隨較多的情緒，傳達出她對家庭活動過於頻繁的不滿，使得夫更以為妻是從其「個人我」立場發聲，且對夫所重視之家庭觀念不予看重；因此，C 夫在與妻的互動中，也一直在回應妻的「個人我」，覺得妻的個人意識太強，給予壓制，並不斷提醒妻家庭的重要性。然而，透過在諮商活動中妻的表達、兩人的溝通、與對關係互動的覺察，C 夫意外而驚喜地發現，原來妻內心真正的盼望是想和夫單獨在一起，她未獲滿足的其實是「關係我」的需求，甚至，她對夫的重視也讓她一直都在為夫的家庭做一定程度的努力。透過此互動與相互瞭解的過程，讓夫對妻的觀感有了很大的轉變，也因瞭解了妻是由「關係我」發聲，夫開始轉變為回應妻的「關係我」，願意去照顧妻在夫妻情感關係上的需求。他對妻的理解、接納和信任都有明顯的提升。

然而，即便 C 夫已經瞭解妻最重視的為夫妻關係，他依然期待妻之「個人我」強度可以再減弱，將自己「個人需求置於最後」的價值排序也套用在妻的身上，對妻有一樣的期盼（或說是一種未言說的內在要求）。此顯示出 C 夫內在所受到的華人家庭取向、關係取向文化影響是相當深的。團體的利益與需求應先於個人的利益與需求，個人應為了家庭的和諧或關係的和諧而有所退讓，此為他所認同的做人處事原則、夫妻相處之道，是兩人都應該遵循的，若有一方的個人我過於強烈，會對關係帶來負面的影響。他說：

「我會認為說妳很多...拋出很多議題喔，就是妳個人的價值觀希望怎樣，希

望怎樣喔，很多，很多這樣子的想法，...(略)，我反而會想說要去跟妳去有一點像打壓或是說要壓抑一些妳個人的（想法或需要），因為我自己都覺得我把我都放那麼後面，妳還那麼強烈，才會刻意的要常常跟妳講說不要那麼自己...」〔SCH345-01、SCH345-02、SCH345-03〕

「我會覺得妳可以以自己自在，放在我或是家庭的前面，我會覺得很難以想像。」〔SCH350〕

2. C 妻個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) C 妻個人內在自我的改變

在諮商方法的介入下，C 妻對自己在個人我、關係我、家庭我三方面的價值排序有更清楚的釐清，意識到她一向重視的個人自主與自由，在與夫妻之情感關係相比較時，後者帶給她更大的滿足與快樂，而後者也是她在此衝突議題中真正渴望得到的。她亦透過自我圖的排列，發現自己長久以來在此議題中感到痛苦的原因，是因為她認為「應該」要表現出來的樣子（對夫家庭有更多的重視）與她內心真正的價值排序是有差別的，因而內在一直充滿矛盾、衝突與不甘心。換言之，在夫妻關係中，個人我的退讓對妻而言是容易的、樂意的；在家庭關係中（夫之原生家庭），個人我的退讓則是痛苦的，但她長久以來已為夫做了一定程度退讓，因而心中已經充滿許多不滿與不甘。這兩個發現，C 妻表示都是透過諮商活動她才更清楚地看到的。

此發現並未在協調之初為她帶來內在自我更多的調整與改變，反而是透過催化員與夫的共同協助，讓她看到自己無法再做出調整的困境為何。直到夫願意為妻做出調整，表達了對她的重視和喜愛，她才得以暫時放下不甘心的感覺，但表示其內在自我的矛盾衝突是否能減弱或消失，端看未來她是否真的能感受到夫對自己有足夠的重視，亦即其關係我需求能否得到真正的滿足。

(2) C 妻對丈夫的關係的改變

C 妻對夫與夫妻間的情感關係一直相當看重，但夫的種種表現讓她覺得夫重視原生家庭勝於她，她是被夫附屬在大家庭關係中的一員，失去了自己獨特的地位與存在感。她希望夫對二人關係的重視如同自己（妻）一樣，不滿夫總是強調要先穩固家庭關係，夫妻關係才會有更好發展的說法。而透過諮商方法的介入，在雙方更真實的自我揭露與彼此溝通中，她逐漸理解到夫對她是相當重視的，並沒有把她放在原生家庭之後，且夫對兩人的情感關係也有很多的期待，只是太害怕她會忽略掉夫的家庭與母親，因而不斷在兩人相處過程中提醒她家庭的重要。C 妻也看到夫在瞭解她的情感關係需求後，做出的努力與調整，接收到夫已經為了她，降低自己對原生家庭照顧的自我要求標準，將更多時間心力單獨放在妻身

上，因而增加了她在夫妻關係中自我地位的安全感，對夫的心意表達開心、感謝、及對夫未來的實際行為表現有深切的期待。她對夫的瞭解提升，但對夫的信任則仍抱以觀望態度，表示要靠時間來累積與證明。

從以上的研究結果與文化理解及詮釋，可以得知 C 對夫妻在衝突議題所持的立場，就文化的意涵可視為是「傳統華人家庭文化（傳統家庭婚姻觀）」與「現代婚姻家庭觀」之間的衝突。C 夫受傳統儒家文化影響至深，其內在自我視「家庭」為一切關係的核心與立基；C 妻則主要受到現代婚姻家庭觀影響，在婚姻中以「夫妻關係」為其最大的關注與渴望。然，夫雖相當重視傳統家庭觀，但也在現代文化的影響下對夫妻間的情感關係相當看重，這成為夫在更瞭解妻於關係中的需要後，願意為妻做出調整的重要因素；而在 C 妻以夫妻關係為其主要關切的思維下，仍因夫的影響而對家庭有一定程度的看重，此亦在被夫所理解後，對妻有更大的信任，同樣成為夫願意做出調整與改變的重要原因。衝突的本身與協調的產生，都交融了傳統與現代文化的雙重影響，夫妻都走向同時兼顧傳統家庭價值觀與現代夫妻情感需求，也能接受配偶所能夠做到的程度，兩人在衝突議題上取得了共識。

三、D 對夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋

首先，研究者根據資料分析結果，分別詮釋 D 夫與 D 妻各自之內在自我所受到雙文化價值信念——傳統華人社會取向（特別是傳統華人家庭文化價值信念）及現代西方個人取向（特別是重視個人需求與目標與現代婚姻家庭之價值信念）的影響。其次，研究者亦根據研究結果，從文化的角度詮釋 D 夫與 D 妻在衝突協調歷程中，其內在自我與對配偶之關係的協調變化。

（一）D 對夫妻各自內在自我狀態之文化理解與詮釋

從 D 對夫妻的資料分析結果中，研究者發現 D 夫與 D 妻在其衝突議題上，兩人各自的內在自我狀態都同時受到雙文化價值信念的影響。對 D 夫而言，以傳統華人社會取向中的家庭文化價值和現代西方個人取向中的重視個人需求與目標、現代婚姻家庭觀為其內在主要並存的雙文化價值信念，但以個人取向文化為其在此議題上的主要認同；對 D 妻而言，則以傳統華人社會取向中的家庭文化價值、他人取向和現代西方個人取向中重視個人需求、現代婚姻家庭觀為其內在主要並存的雙文化價值信念，她受到來自傳統文化的壓力，但內心嚮往的為現代個人取向的文化價值信念。以下將分別闡述 D 夫與 D 妻內在自我狀態所受之雙文化影響：

1. D 夫的內在自我所受之雙文化影響

在生育議題上，D 夫所受之傳統華人家庭文化影響是弱的。對傳統華人家庭賦予兒子（且為獨子）的角色責任，他僅作有限度的承擔，願照顧、關心父母家人的實際生活狀況，但不承諾未知的傳宗接代責任，顯示其在家庭責任的承擔上呈現出一種傳統與現代文化價值並存的樣貌。D 夫身上有明顯的現代個人取向文化特徵與現代婚姻家庭觀，反映在他重視個人發展與個人權益、重視夫妻關係品質與生活品質上，傾向於夫妻軸型態的家庭觀念。其所受之雙文化影響詳述如下：

(1) 傳統華人社會取向—家庭文化價值的影響

a. 承擔部分兒子角色責任

身為家中獨子，D 夫對於實際存在的家庭現況，包括親情、家庭經濟、家人生活等部分，認為自己有責任要去關注與照應。他說：

「...對於他們（家人）的生活，比如說爸爸、媽媽、姊姊的生活現狀，我會覺得那部分就是有責任要去回應。...」〔SDH174-03〕

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 不承擔傳宗接代的家族使命

承上，D 夫對家庭責任的重視與承擔是有其界限的，即使身為獨子，他並不認為傳宗接代為必然要達成的家族使命，認為未知的生育之事是他無法承諾、不去承諾的。他說：

「我自己的感覺是，我並不一定需要一個孩子來好像繼承或者延續什麼東西...」〔SDH129〕

「當然家庭裡面會來表示說...需要一些家庭的...承擔什麼責任，但我覺得在這一部份，我是不去承諾他們的，就是說對未來...還沒有成形的一個小孩、子孫的東西，我是不予承諾的，...(略)。對於後續...下一代有沒有，那個部分我就沒有那麼重視。」〔SDH174-02、SDH174-04〕

b. 重視個人發展與個人權益

D 夫對個人發展與個人生活權利有很高的重視。他將現階段的目標與關注放在自己的生涯發展與潛力發揮，在工作上力求有好的表現，為未來更多的發展奠定基礎；他亦握有對自己生活的掌控權，他人的言論或比較對他皆不具意義與影響力。

特別的是，雖然夫對「個人我」的看重與現代個人取向文化中所強調的個人自主、追求個人目標、自我實現等具有相當的關聯；但加入性別的觀點後，亦可發現男性於此階段關注個人發展亦是傳統文化所支持和允許的，傳統華人文化對

結婚後的男女原本即賦予不同的角色任務與期待，「男主外」的角色分工讓男性被鼓勵，亦可說是有責任在生涯上有好的發展和表現。這顯示了夫的「個人我」一方面受現代西方個人取向文化的影響高，另一方面亦被傳統華人家庭文化所支持著。例如他說：

「我覺得在這一部份...我比較自私了，我覺得我在意的是自己現階段的發展，我沒有好好的發揮自己的一些特質潛力，我想把時間、力氣花在自己的這一部份的發展。」〔SDH174-06〕

「(社會比較)永遠比較不完的，...(略)，我覺得那樣子很抹煞了自己生活要不要什麼的權利，所以那個部分我不想理他們。」〔SDH174-01〕

c. 持有「現代華人」之婚姻家庭觀：重視夫妻關係品質與生活、夫妻關係的情感性目的、具有核心小家庭概念思維並予以維護

D 夫相當重視夫妻兩人的生活品質、關係品質，將夫妻關係的重要性置於原生家庭賦予的生育期待之前；對妻之健康狀況、壓力情形的關注亦遠高過傳宗接代的家族責任；甚至為了阻擋妻所承受的壓力，為妻爭取調養身體的時間空間，願意以「是我不要小孩」〔SDH225〕之理由做為對家庭期待的回應，言語之間流露對妻的維護，即使此理由可能為夫帶來更大的家族壓力，夫亦覺得自己可以應對。(實際上夫對有沒有小孩並無預設立場，而是希望妻能以養好身體為先；身體養好後，生小孩的事順其自然。)例如他說：

「我也很重視我們之間生活的品質，就是家庭生活啊，溝通啊，或者是互動的關係，我把這擺在比較前面，勝於有沒有小孩子。」〔SDH174-07〕

「如果現在家庭的部分有人問，那我就跟他們說，是我不要小孩啊，是我不要生啊，如果他們說什麼祕方，我就說不要不要，我們就是不要小孩，太麻煩，我們要去養狗...呵【大家笑，D 妻：『那完了，你媽會發狂』】沒關係啊，就是跟人家說我們就是不要小孩啊，因為社會太亂什麼的，所以我們不想要懷孕...就是...不准懷孕，所以我們也不要檢查，我們也不要吃什麼補藥，你們都不要跟我們講這個，我們就是很討厭小孩子！【妻笑出聲來】」〔SDH225-02〕

此外，從夫的言語表達上，亦可發現夫存有核心小家庭的概念思維，如下例，夫提及「家庭」時，即單純指夫妻兩人所組成的核心小家庭，亦流露了對核心小家庭的維護。他說：

「我覺得不用去為了滿足、或者為了給他們(家人)答案而改變了我們自己家庭的情況。」〔SDH135〕

2. D 妻的內在自我所受之雙文化影響

整體而言，D 妻在生育議題上呈現出較多傳統華人文化的影響，包含了華人家庭文化價值與華人社會取向中的他人取向，前者反映在她承擔夫家傳宗接代的家族責任，後者反映在她承擔社會對結婚女性的生育期待、及對社會比較的在意。然而，現代個人取向文化亦對妻有所影響，且是其內在更深的嚮往，希望自己可以和夫一樣，只要考量個人狀態與夫妻關係就好，不用去在意他人的期待與言論。這使她心中同時存有兩種文化不同聲音，受傳統文化影響較深，但希望能往現代的方向調整與改變。

(1) 傳統華人社會取向文化的影響

a. 華人家庭文化影響：承擔夫家傳宗接代的家族責任

D 妻在生育議題上承受了來自家庭的關心與壓力，而妻本身也一定程度的內化了這些家庭壓力，讓自己變得相當看重「有沒有生孩子」這件事。因 D 夫為家中獨子，使得夫家對兩人在生育一事上抱有期待，而妻亦認為自己一定要有小孩，完成替夫家傳宗接代的角色責任。且此傳宗接代的角色責任不僅來自於夫家的期許，妻的娘家也投以許多關注，妻表示自己亦相當在意原生家庭給她的觀念和期待，媽媽與外婆都對於自家女兒成為別人家媳婦時，是否能盡到媳婦的角色責任有一定程度的看重，對妻有所要求，使得妻在此議題上，同時承受了來自夫家與娘家的雙重壓力。例如她說：

「因為老公是獨子...【5 秒】，所以我覺得我不能沒有小孩【哽咽】」〔SDW158〕

「我昨天還做惡夢，我夢見外婆她們來，就一直問我說，妳怎麼可以沒有小孩？還拍我的肚子，在大家面前拍我肚子說，奇怪，是不是肚子壞掉了？我覺得好可怕喔...」〔SDW155〕

b. 「他人取向」文化影響：承擔社會對結婚女性在生育上的期待

D 妻亦感受到自己在生育議題上，承受了社會對一個結婚女性的角色期待與評價，她感受到在這個角色上，會不斷被投以與生育議題相關的關注——怎麼還沒有小孩？什麼時候要生小孩？彷彿沒有小孩是一件「不正常」〔SDW179〕的事，加上自己前一次的流產經驗，更讓妻有「我這件事情（生育之事）沒有做好」〔SDW242〕的感受，妻一方面覺得自己被評價、被比較，且為此感到委屈、厭煩、甚至氣憤，但另一方面也內化了這些期待，以此評價自己。她說：

「奇怪，人家都不會問男生？幹嘛一直問女生？奇怪，又不是女生的問題...」〔SDW266、SDW267〕

「好像女人結婚了兩三年就應該要有小孩了...好像男人結婚兩三年沒有小

孩，好像沒有關係。」〔SDW394〕

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 希望以個人和夫妻關係為優先的現代性想法

D 妻在此議題上雖受傳統華人文化影響較深，但心中亦存在著另一種相反的聲音，尤其夫堅定的「個人與夫妻關係優先」立場，使得妻也希望自己能做到像夫一樣，關注在個人與夫妻關係的層面，而不要因生育議題影響她的生活。她心中同時存有傳統與現代的聲音，也常在兩者間來回擺盪，但因內心欲以個人與夫妻關係為優先的期待與外界的期待是相反的，使得對現階段的妻而言，感受到之傳統文化力量仍大，雖然想往現代的方向改變，但當下仍感困難、做不到。

(二) D 對夫妻衝突協調歷程之文化理解與詮釋

1. D 夫個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) D 夫個人內在自我的改變

因此議題並非兩人的關係衝突，故 D 夫內在自我的改變主要是為妻所做的調整。在諮商方法的介入下，透過夫之自我覺察、妻之回饋、及妻對其壓力處境的表達，讓夫意識到自己一再強調個人富含現代文化意涵的思想主張與行為表現（例如：想專注在個人發展、兩人的狀況不需要對家人或外人做回應等），似乎讓妻必須獨自去面對家庭與社會的壓力，因而願意在生育議題上，表達出更多對妻之感受與處境的照顧。顯示出其在此議題的思考上，除了原本著重在個人取向與夫妻關係兩方面的思維外，納入了對妻之實際感受與壓力的考量。但他內在原本的核心信念並沒有動搖，而是更願意用自己的力量，以實際行為在生活中替妻分擔面對他人期待的壓力。

(2) D 夫對妻子的關係的改變

因 D 夫本身對個人發展與夫妻關係品質的重視，對家庭責任抱著僅作有限度承擔的態度，以及對社會期待根本不予理會，這樣的價值信念使得他原本對於處在內在自我衝突的妻，存著很傻、一直拿不用在意的事情來煩惱的觀感，並希望用自己的價值信念去影響妻，替妻想解決辦法，期待看到妻的改變，從壓力中脫困。然而，透過諮商活動的進行，夫觀察到妻並沒有準備好要被他改變，妻亦明白地告訴夫她渴望的是被瞭解，而不是被教導、被分析、被期待，在妻清楚地表達她在關係中的需要後，夫開始學習接受妻當下的狀態，去陪伴、去聆聽、去瞭解；而當他不再急於替妻解決問題，他原本感受到來自妻方面的壓力也跟著減弱，與妻的關係間達到更好的平衡狀態。整體而言，夫增加了對妻在關係中之需

要更真切的瞭解、也對妻的狀態有更多的尊重與接納，並對妻的實際困境提供其所需要的支持和協助。

2. D 妻個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) D 妻個人內在自我的改變

在諮商方法的介入下，D 妻透過自我檢視與覺察、夫重視自我與夫妻關係的表達，她更強烈意識到自己想要多照顧自我狀態、以夫妻關係為重、並對自己的選擇有更多自我肯定的內在渴望，因而大幅度地將自我圖上的個人我與關係我往前移，社會我與家庭我往後移；然而，在其內心有此強烈之渴望的同時，現實的周圍環境依然存有諸多讓她備感壓力的他人眼光、關心、或期待，這使得她雖然藉由自我圖排出內在的渴望，卻仍感覺到實際行動上有改變的困難，使得活動當下，妻的「期待」大過於實際內在自我的真實改變。

這樣的結果亦顯示出，雖然 D 妻已有了對自身處境的自覺、對現代個人取向文化之信念價值的嚮往，但家庭環境與社會環境仍存有之對媳婦角色、對已婚婦女的生育期待，加深了她要做出實際改變的難度；換言之，在傳統家庭觀與性別角色仍舊存在的現代社會，一個女性要去追求個人嚮往的生活方式、個人需要與期待，面臨的壓力與困難是比男性更高的，此亦為妻在諮商活動中一直想讓夫理解之事。而她雖然在自我行動上暫時難以有新的調整，但亦透過諮商活動中讓夫瞭解她的壓力與處境，使其內在自我的衝突因夫願意給予協助、分擔她面對家人期待的壓力，而能得到適度的減緩。

(2) D 妻對丈夫的關係的改變

D 妻處在自身感受到的矛盾與壓力中，覺得自己的處境不被夫所瞭解，也因夫習慣以分析、建議的角度來給妻回饋，使她容易出現被指責的感覺。她希望夫更理解她的處境與面對改變的困難；希望夫在與她互動時，不要一直用理性分析的態度來給予她建議，要她改變；也希望她所在意的生育議題，夫不要表現得那麼不在意。在諮商方案的介入下，她一方面表達出更多的自我讓夫瞭解，並清楚說明夫怎樣的表達會帶給她如何不同的感受，一方面也透過夫的表達、彼此的溝通，瞭解夫並不是沒有感覺、對她的問題不在意，甚至也一直在自我克制想要分析、指導的衝動，特別夫願意以實際行動去替她分擔來自家庭的生育期待，讓她因感到獲得極大的支持而表達出對夫的愛與感謝。整體而言，妻增加了在關係中被理解與被支持的感受，也提高了對夫的理解、肯定、並抱以感謝。

D 對夫妻所處理的議題屬傳統華人文化中相當被看重的「生育議題」。從以上的研究結果與文化理解及詮釋，可以得知夫妻二人在面對生育的態度上，所受

到的文化影響有很大的不同。以傳統／現代的角度來看，D 夫受現代西方個人取向文化影響較深，以個人發展與夫妻感情為主要考量，不認為傳宗接代為其必然的角色責任；D 妻則受傳統華人文化影響較深，在生育一事不僅受到來自雙方家庭的期待與壓力，也同樣受到社會眼光所影響。

而從性別的角度來看，亦可看到對於同樣結婚二至三年的男性與女性，本身的關注層面及其被賦予的期待都有很大的差異——D 夫本身的關注及在文化上所被賦予的期待，都偏向於個人的生涯發展；而 D 妻所承受的關注和期待則主要為生育，妻自身亦內化了這些期待，而對其生活造成影響。透過諮商方法的介入，妻對自我狀態的充分表達，使其對現代文化價值信念的嚮往得到夫的支持，所承受之來自傳統華人文化的壓力也得到了夫的分擔，夫亦透過妻的表達與回饋，改以妻所期待的方式與她互動，並能接受她的現有狀態，這些改變都幫助妻在原本的衝突矛盾中，得到了更好的平衡。

四、E 對夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋

首先，研究者根據資料分析結果，分別詮釋 E 夫與 E 妻各自之內在自我所受到雙文化價值信念——傳統華人社會取向（特別是傳統華人家庭文化價值信念與關係宿命觀、他人取向）及現代西方個人取向（特別是重視個人需求與現代婚姻家庭之價值信念）的影響；其次，研究者亦根據研究結果，從文化的角度詮釋 E 夫與 E 妻在衝突協調歷程中，其內在自我與對配偶之關係的協調變化。

（一）E 對夫妻各自內在自我狀態之文化理解與詮釋

從 E 對夫妻的資料分析結果中，研究者同樣發現 E 夫與 E 妻在其衝突議題上，兩人各自的內在自我狀態都同時受到雙文化價值信念的影響。對 E 夫而言，以傳統華人社會取向中的家庭文化價值、關係宿命觀和現代西方個人取向中的現代婚姻觀部分內涵為其內在主要並存的雙文化價值信念，但以前者為其主要考量；對 E 妻而言，則以傳統華人社會取向中之他人取向、面對未知命運的態度和現代西方個人取向中重視個人需求與自我伸張、現代婚姻家庭觀為其內在主要並存的雙文化價值信念，而以後者為其主要考量。以下將分別闡述 E 夫與 E 妻內在自我狀態所受之雙文化影響：

1. E 夫的內在自我所受之雙文化影響

整體而言，E 夫所呈現較明顯之傳統華人文化影響，包含了受華人家庭文化價值影響而不重視個人需求、重視自己在家族中的角色責任，以及受華人關係取向中之「關係宿命觀」影響，表達其對緣分命定、因果循環的相信；然而，在另一方面，E 夫亦受到現代婚姻觀的影響，重視兩人在夫妻關係中能夠一起成長。此外，E 夫重視和諧，但並不害怕衝突，此為其融合傳統華人社會取向文化與現

代西方個人取向文化之心理特徵而展現出的新人我關係樣貌。E 夫所受之雙文化影響詳述如下：

(1) 傳統華人社會取向文化的影響

a. 家庭文化價值的影響—不重視個人需求

E 夫受傳統華人家庭取向的影響，習慣將個人需求置於團體或他人之後；他自述其在任何關係中（包括夫妻、同事、家人），都不會去突顯自己的需要，而是去調整自己，以滿足別人的需要為先。例如他說：

E 夫：「我會去調整自己...讓關係不要太不舒服或是不高興。」〔SEH079-05〕

E 夫：「我想這是因為我個性的關係吧！我覺得放到工作上其實也是一樣，...(略)，其實你（指我）還是會把關係擺在前面，個人擺後面，就是我會去調整...」〔SEH122〕、「（我會）盡量滿足別人的需求...」〔SEH126〕

（補充說明，在此活動中的自我圖，因夫是針對特定衝突議題做排列，此議題他在家庭與社會層面並未出現衝突，故僅呈現出將「個人我」置於「關係我」之後的排列，而非在四個自我的最末位。）

b. 家庭文化價值的影響—重視自己在家族中的角色責任（但不含傳宗接代）

承上，E 夫所受之家庭文化價值的影響，使其對自己在家族中之長子、長孫的角色責任十分重視，自我要求亦高；但其所看重的角色責任並不包含傳宗接代，比較屬於對家庭的照顧，這可能與家中並沒有在生育議題上給夫過多的期待與壓力有關。他說：

E 夫：「...不管是夫妻或是為人子或是家族的長孫，總是會自己給自己責任大一點，相對就會把自己放很後面，...(略)，就是有時候去委屈自己，或者是...讓自己...剛才那種感覺（感受到自己的辛苦）應該是一下...剛才...同情自己好像也是蠻辛苦的...那種感覺...只是...可能長孫要幫忙家計啦，要幫忙親戚啦，在自己能力上相對也不會太善待自己...只是一下子的感覺而已啦，但我覺得那是應該做的責任。」〔SEH123〕

c. 關係宿命觀—緣分、命定觀、與因果循環

E 夫在許多的表達中，傳達了華人文化中特有的「緣分」觀念，認為不管是有無孩子或夫妻之間，都是一種命定的關係，冥冥中自有安排。這樣的想法，使夫覺得很多事情都不用太過強求，強求的結果可能反而帶來更大的失落；也讓夫在面對關係衝突時，能夠做出容忍與退讓的自我調整，消極而言能夠避免衝突、維持關係的和諧穩定，積極而言，他更視之為一種對自己的考驗與磨難，讓自己得以從中修煉成更好的人。他說：

E 夫：「我對有沒有（小孩）也是抱著隨緣的態度吧！有就有，沒有就沒有，該你的跑不掉啦！不該你的，你強求也沒有用，只會讓自己更痛苦而已，或許會有那種心態，得之我幸，不得之我命吧！我想不只是小孩啦，很多事情就是盡力而為，但是也不用...讓自己太過去強求或者是放不下，搞得自己很不舒服或者是當真的得不到的時候，反而會有一種很大的失落，有些現實的狀況其實...真的是無法盡如人意的啦！」〔SEH093-02、SEH093-03〕

E 夫：「我是沒有想到要提醒我自己（忍耐妻到什麼限度）啦！我總是會找一些說法來說服自己...」〔SEH107-01、SEH107-02〕、

E 夫：「...妳是我的菩薩，妳是要來成就我，要來考驗我，...(略)，或是另外一個負面的想法是說...我上輩子欠妳的，可能這輩子要還妳類似這樣，可能不同的想法，看在那個時間是用哪一個是會比較恰當的【笑】，或是兩個一起來...」〔SEH109、SEH120〕

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 現代婚姻觀：重視兩人在夫妻關係中的成長

從 E 夫一開始表達對婚姻狀態的失望，以及到後來表達出對自己、對配偶在夫妻關係中的期許，皆可看出夫相當重視兩人在關係中的成長及夫妻關係的增進；他對重複發生、沒有進展的衝突感到不值得與不耐煩，希望兩人都能從衝突中有所學習，個人狀態與夫妻關係都在這樣的學習中愈來愈好。他說：

E 夫：「...很多（事情）是可以不斷修正，不斷進步的，你的人生才會更好，人生就是不斷的學習，也不用怕（關係中的挫折與考驗）...反正至少你每一次的挫折或考驗是有在進步的。...(略)，回到我們相處也可以，不管是你對我的考驗或是我對你的考驗，其實都是讓自己能夠成就更好（的關係），如果我們只是在無謂的爭執，彼此的關係也只會更差而已，而不是在彼此的考驗中學得更多的成長。」〔SEH177-03、SEH177-04、SEH177-05〕

(3) 傳統華人社會取向／現代西方個人取向雙文化的影響下的新心理特徵

a. 重和諧，但不害怕衝突

E 夫在與妻的衝突中，會為了關係的和諧而做出自我退讓，顯示出其受到傳統華人和諧觀的影響；然而，從 E 夫上述的表達中，可以進一步看到 E 夫重視關係和諧的背後並非害怕衝突，而是不希望沒有建設性、只會帶來關係破壞的衝突一再發生。但若雙方都能從衝突中獲得成長與學習，這樣的結果是他所樂見的。此顯示 E 夫面對人我關係衝突所持的看法，已融合了傳統華人文化中對和諧的重視，及西方文化中直接面對衝突，並相信衝突是為了成長與進步這樣的雙文化觀點。

2. E 妻的內在自我所受之雙文化影響

E 妻所受到的華人傳統文化影響較弱，但仍然存在，其一反映在對社會眼光與社會比較的在意，此源自於華人社會取向中的「他人取向」文化，其二反映在她面對未知命運的態度。相較之下，E 妻身上更明顯的為現代個人取向文化與現代婚姻觀的展現，她對個人需求的看重與致力追求，以及希望成為一個母親的自我實現需求，此為來自個人取向文化之特徵；而其對核心小家庭的理想藍圖規劃，也反映出她傾向於現代夫妻軸型態的家庭觀念。以下分別呈現之：

(1) 傳統華人社會取向文化的影響

a. 社會取向中之「他人取向」文化影響：在意社會眼光與社會比較

E 妻在談及對生育的渴望時，說到她亦承受來自社會比較的壓力，當聽到身邊有人懷孕時，情緒就會受到波動，覺得「為什麼不是我」；她亦擔心自己若成為高齡產婦，社會會用什麼樣的眼光來看待她。這些對他人期待與想法的在乎，都增加了她在生育議題上的壓力，以及盡快有小孩的急切盼望。

b. 面對未知命運的態度（信而不服）

面對是否會懷孕、何時會擁有小孩的未知，E 妻曾選擇求助算命。然而，當算命師告知她「會有小孩，但時候未到」時，她對命運無法配合她的規劃感到相當憤怒，欲與命運討價還價但仍遭否決。妻對此命運安排呈現出一種「相信，但卻難以接受」的狀態。她說：

E 妻：「...為了這個事情（生小孩）我其實有去算命，我就是想問他（算命先生）到底我們會不會有小孩？他說我會有，但是時間還沒有到，我就跟那個算命先生講，我說『什麼東西啊？【語氣含怒意】時間還沒有到？我都已經準備那麼久，為什麼時間還沒有到？』他跟我說下個禮拜的早餐你不能現在先吃呀，我說『哪有這種事情，我都已經準備那麼久了，我們難道不能先預支嗎？』他說沒辦法，所以我就想，也許我真的會有（孩子），但是...要那麼晚給我嗎？到我已經那麼老了，沒什麼體力，你（命運）才要給我孩子嗎？」
〔SEW105-02、SEW105-03〕

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 重視個人需求及自我伸張

在與夫的相處及兩人的關係衝突中，妻有極為明顯的「個人我」展現，然而，妻對個人需求的重視與強調，又與現代個人取向文化內涵存有一些差異。西方文化所強調的個人我、個人自主，是在不妨礙他人之個人自主的前提下，對自身需求與權利的追求或維護；妻對於個人需求的重視、勇於為自我伸張、積極為個人

目標所努力的態度，皆與此精神相符合。然而；有時其個人我需求的滿足，是需要夫捨棄其個人需求來配合她，在其所特別關注的議題上（如生育議題），甚至會強烈要求夫這麼做，而非同樣尊重配偶的個人需要，予以滿足。因此，妻於「個人我」方面的展現，除受到現代文化影響外，可能還有另存之個人性格、夫妻關係互動經驗、或其他影響因素存在。

b. 「成為一個母親」的自我實現

E 妻對孩子的渴望，並非來自傳統家庭文化賦予她的妻子、媳婦角色責任，她由渴望成為一個母親、體驗與孩子互動之奇妙歷程的觀點，傳達她對擁有孩子的期待與盼望。她認為成為母親，擁有自己的孩子，透過與孩子親密互動，能讓她的生命豐富、圓滿，沒有遺憾，此已近似於一種自我實現的追求。

c. 現代婚姻觀：對核心小家庭的理想藍圖規劃、重視夫妻關係的情感性目的

E 妻描繪其心中核心小家庭的理想圖像——期待建立一個有孩子的、至少三個人以上的家，孩子能夠讓家庭更完整、更快樂，她也能因孩子的關係與夫有更緊密的連結，可以享受與孩子一同稱夫「爸爸」，彷彿是另一種更如親人般密不可分的感覺。一家人如同一個圍起來的圓圈，象徵著圓滿無缺。此理想藍圖的規劃，傾向於現代夫妻軸家庭型態。

(二) E 對夫妻衝突協調歷程之文化理解與詮釋

1. E 夫個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) E 夫個人內在自我的改變

在諮商方案的協助下，透過 E 夫的自我檢視與自我覺察，以及妻對夫的回饋，他感受到自己長久以來不重視個人需求，一直在為他人做調整與付出的辛苦。因為這樣的感覺，使其做出自我調整，對個人的需求給予更多的關注，但仍以夫妻關係為最優先的考量。此改變顯示夫比過往出現了更高程度的個人取向文化心理特徵，希望對自己有更多的看重，而不是一再地忽略，這與諮商介入方法中強調提高對自我的覺察有直接相關，使得平日較少留意自身感受的 E 夫，有機會更瞭解自己的需要，並給予關照。然，稍後 E 夫又因發現自己的調整讓妻感到痛苦與矛盾，而又將滿足個人需求的想法放下，回到原本的狀態；此似乎顯示了傳統華人文化思維在他心中還是具有最高的主導作用。E 夫之個人我狀態雖然又回到退讓的姿態，但透過協調的歷程，對自己與對彼此的更多瞭解、對關係的共識，一來其自覺程度已經與過去不同，二來，也因自己的心意和努力被妻瞭解而更覺得這樣的退讓是比過去更有意義的。

(2) E 夫對妻子的關係的改變

E 夫在諮商方法介入下，對妻之關係出現很大的轉變。原本他從過往一再重複的衝突中，對婚姻關係已經感到有些失望，對妻面對衝突的態度感到不滿；透過其自我表達，帶給妻許多的自省，當夫感受到妻瞭解了他在關係中的努力與無力，且做出自我反省時，夫對妻的態度出現轉變，從原本的失望轉而用「互補」的角度表示兩人配合得剛好（不同文化影響下，一人習慣要求，一人習慣退讓）；當夫再看到妻願意為關係做出自我調整時，更表達了對妻的鼓勵與肯定，覺得妻有心要做，兩人對關係的未來是有共識的，就已經很好。夫對妻的觀感、肯定、接納都出現了明顯的轉變。

對受到傳統華人文化影響較深的夫而言，願意在關係中成全對方、自我退讓，但他的退讓並不是無止盡，而要再視關係中的對方以怎樣的態度回應，若他能感受到自己的善意被瞭解、被接受，他的退讓也的確對兩人的關係維繫、關係發展是有幫助的，他就能夠繼續以這樣的姿態與配偶相處，亦不求配偶要有對等的回報。但若感受不到配偶也與他一起擁有想要讓關係更好的心意，他就會對配偶或關係感到失望，也停止了持續的退讓，而不再對配偶做回應。此亦說明了傳統文化價值信念在一開始決定了夫的行為傾向，但接下去的反應則會再加入配偶之行為反應與兩人互動經驗的考量。

2. E 妻個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) E 妻個人內在自我的改變

在此諮商方法的介入下，E 妻透過更瞭解夫在關係中的付出及感受，帶來自我反省，更強烈地意識到夫妻關係是需要兩個人一起經營與努力、有共識讓它更好的，而不是讓配偶一再地退讓來配合自己，自己的需求卻一再地延伸與擴大。她因而願意將自己一直強調與重視的個人我退居到夫妻關係的考量之後，這對於長久以來將個人放在首要考量的妻是相當不容易的一個改變，但她願意往這個方向去努力。此顯示妻對自己在關係中的樣貌、自己帶給夫妻關係的影響有更多的自覺與瞭解，而願意擔負起更多經營夫妻情感關係的責任，亦對夫在關係中的需要有更多的尊重與重視，她在個人取向自我與重視婚姻情感關係兩方面的展現，都更朝向平等互惠、照顧自己也尊重配偶的平衡方向前進。

(2) E 妻對丈夫的關係的改變

E 妻對夫之關係，原先停留在希望夫能夠完全地配合她、滿足她的個人需求，並因夫的無法配合感到生氣與不滿；但透過諮商活動中夫的自我表達，讓妻有機會更瞭解夫在關係中的心情及感受，妻因而對與夫的關係做了許多反省，體會到夫的無奈與無力，開始對夫表達同理和關心；顯示妻之個人取向自我關注程

度減弱，而將更多的注意力放在夫的狀態、兩人關係的狀態。而她對於夫更關注個人需求的自我調整，態度是支持的，她不希望夫一直在關係中感到委屈，也期許自己可以給夫多一點的空間；但因其一直以來相當看重個人我需求的滿足，也習慣於夫會對她忍讓，因此，面對夫的改變，妻在支持鼓勵之餘也很真實的感受到內在的矛盾痛苦。但整體而言，妻對夫的瞭解、對夫之需求的照顧和允許，都已經有所轉變。

綜合以上的研究結果與文化理解及詮釋，E 對夫妻所討論之「對生育的態度」與「關係衝突的處理態度」兩個次議題，當中皆存有其文化意涵與文化影響。首先在「對生育的態度」上，E 夫抱持著傳統華人文化中隨緣命定的觀點，認為一切自有安排，毋須強求，E 妻則在現代西方個人取向文化的影響中，強調個人目標的主動追求與自身角色的實現（成為一位母親），渴望積極有個小孩，此為形成兩人關係衝突的原因之一，但對兩人關係造成更直接影響的，是另一個議題——「關係衝突的處理態度」。

在「關係衝突的處理態度」上，夫因受傳統華人文化影響較深，願將對關係的考量與妻的需要都放在自己的需求前面，而他對現代文化的重視則在於希望兩人能在關係中一同成長，這樣的雙文化價值信念在原本的夫妻關係中，夫實踐了前者，但未看到配偶在後者與他一起努力，因而出現對關係的失望；但也意味著當他能看到配偶與他一同重視關係的成長，這樣的衝突就有化解的機會。而對妻而言，妻因受現代個人取向文化影響較深，其對個人過多的關注讓她忽略了對關係及對配偶的照顧。透過諮商方法的介入，兩人彼此的溝通，最終在一同重視關係的成長、以關係為兩人最優先的考量上達到共識，妻兼顧了對自我與對關係的照顧，夫亦兼顧了關係的和諧與關係的成長。

五、G 對夫妻關係衝突之內在自我狀態及衝突協調改變歷程之文化理解與詮釋

首先，研究者根據資料分析結果，分別詮釋 G 夫與 G 妻各自之內在自我所受到之文化價值信念影響；其次，研究者亦根據研究結果，從文化的角度詮釋 G 夫與 G 妻在衝突協調歷程中，其內在自我與對配偶之關係的協調變化。

（一）G 對夫妻各自內在自我狀態之文化理解與詮釋

從 G 對夫妻的資料分析結果中，研究者發現 G 夫在此衝突議題中，內在自我狀態呈現出現代個人取向文化價值信念之影響；而 G 妻則同時受到雙文化價值信念的影響。對 G 夫而言，以現代西方個人取向中對個人的照顧與重視、及重視夫妻情感關係之現代婚姻觀為其主要價值信念；對 G 妻而言，則以傳統華人社會取向中的「他人取向」和現代西方個人取向中的現代婚姻觀為其內在主要

並存的雙文化價值信念。以下將分別闡述 G 夫與 G 妻內在自我狀態所受之雙文化影響：

1.G 夫的內在自我所受之現代個人取向文化影響

就 G 夫在此議題的表達上，所呈現之內涵幾乎皆屬於現代個人取向之文化意涵，而未見傳統華人文化的影響。他重視對個人的照顧、也重視與妻之間的情感關係，並極力欲擺脫原生家庭對他與夫妻關係帶來的影響，對社會眼光則完全不予在意。整體而言，呈現出明顯的現代西方個人取向文化心理特徵。其所受之現代文化影響詳述如下：

(1) 重視對個人的照顧

G 夫十分重視個人的照顧，他相信一個人要先照顧好自己，夫妻關係才可能會好；若對自己疏於照顧，對關係勢必帶來影響。他說：

「...因為我覺得要照顧好關係一定要先照顧好自己，如果自己...不管怎麼樣...是委屈的或是怎麼樣...沒有照顧好的話，雙方的關係就沒有辦法好到哪裡去就對了，所以...我覺得好像治標一定要治本，一定要把個人先照顧好，然後關係才會好，這是我覺得。」〔SGH085〕

(2) 現代婚姻觀：重視個人與夫妻關係，不重視家庭與社會影響因素

承上，夫在婚姻關係中所重視的即為個人狀態與夫妻間的情感關係，對於兩人以外的家庭、社會影響因素，夫本身並不在意，也一直自我期許不要讓它們影響到兩人之間的關係（儘管無法完全做到）。夫希望自己與妻的互動，是單純的由個人或夫妻關係的角度出發，以同時照顧自己和夫妻關係為其在婚姻中的主要關注，與華人文化中傳統的婚姻觀有很大的差異。他說：

「我自己知道我很希望能摒除社會跟家庭（的影響），純粹就是我個人或是我們的關係。」〔SGH047-07〕

2.G 妻的內在自我所受之雙文化影響

G 妻身上同時受到的傳統華人文化與現代西方文化的影響，前者反映在她將「個人我」與「社會我」做高度結合，此為華人社會取向中「他人取向」的展現，後者則主要反映在其現代婚姻家庭觀。特別的是，妻在此兩方面的文化影響程度皆高，顯示其在不同面向上分別具有高傳統性與高現代性的心理特徵。以下分別呈現之：

(1) 傳統華人社會取向

a. 社會取向中之「他人取向」文化影響：個人我與社會我的高度結合

G 妻自述其相當重視社會的眼光、評價，並會以大家普遍認同的社會標準來要求自己，一直以來，她也因此得到許多的社會讚許，她十分享受其中，覺得自己好像已經內化這些標準與期待，成為個人我的一部分，而分不出真正的個人我是什麼。從兩人衝突協調的歷程中，亦可看到妻必須透過「社會我」才能夠自我肯定或為自己發聲，若少了社會我，個人我的力量是薄弱的。她說：

「其實我的個人的我和社會的我是很結合的，因為我很在意別人怎麼看待我這個人，我一直要求自己是很完美的，所謂完美的是人格...【笑】【催化員：就是說依照社會標準】...依照社會標準，所以那個個人的我，已經很沒有我了，幾乎是這樣子，我也很享受這樣子，已經內化下來了，因為從小我就很享受別人稱讚那個好像很好的我，所以我也很習慣了，我覺得好像我自己也很喜歡...」
〔SGW062-03、SGW062-04、SGW062-05〕

「我現在是把個人我和社會我結合在一起，我已經不知道我真正的個人我是什麼」〔SGW072-02〕

「因為我已經很可以感受大家都一直在稱讚（我的）社會，我就覺得那個社會我好像也是個人我，...(略)，我就已經被取代了，我也分不清了。〔SGW076-01〕

(2) 現代西方個人取向文化的影響

a. 婚姻的現代意義：重視夫妻關係及婚姻的情感性目的

G 妻在婚姻關係中，並未受到傳統華人家庭文化過多的束縛，婚姻的意義重在與夫之間的情感經營、相互撫慰與滋養，較少傳統角色責任的壓力在其中；她所感受到自己和夫受的家庭影響，主要係是指過往成長歷程中的原生家庭經驗，而非現在雙方原生家庭對夫妻關係的介入、參與，或是華人文化中家庭觀、婚姻觀、角色義務與責任等。

(二) G 對夫妻衝突協調歷程之文化理解與詮釋

1. G 夫個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) G 夫個人內在自我的改變：

G 夫重視現代西方個人取向的價值信念，對個人我相當看重，強調關係中「自我照顧」的重要，他也同樣重視現代婚姻中夫妻的情感關係，重視妻的感受。在諮商方法的介入下，透過夫之自我檢視與自我覺察，他發現自己在與妻發生衝突的當下，對自我的關注超過了對關係的關注，但這並不是他所期待自己的樣子，也不是他平日與妻相處的樣子。他一直希望能做到關係與個人並重，也努力往這個方面調整及維持，只是自己若狀況不好時，就會一時間沒有拿捏好。對 G 夫而言，其對自我與對夫妻關係皆同等看重的核心價值信念一直是相當堅定的。

(2) G 夫對妻子的關係的改變：

因 G 夫對自我照顧的重視，他將個人需求與關係需求視為同樣重要的事，這樣的價值信念也影響了他對妻的期待，他希望妻也能對自己有更多的照顧，不需要將自己的需求放在夫妻關係或其他關係之後。透過諮商活動中的彼此溝通，他更瞭解妻所受到他人取向文化影響的強度，也看到妻有心要往自我照顧的方向努力，只是還需要時間慢慢學習，因而也給予妻接納，並協助妻去分辨個人需求與他人期待間的差異。整體而言，他對妻的關係原本已有足夠穩定的基礎，也一直對妻相當看重與照顧，只是更希望妻也能學習自我照顧。

2. G 妻個人內在自我在夫妻衝突協調歷程中的改變

(1) G 妻個人內在自我的改變：

G 妻自述其一直相當重視他人的期待與眼光，其個人我與社會我幾乎是結合在一起的，少有屬於其個人我的需求或展現，在諮商方法的介入下，透過其自覺與夫的回饋、夫的期待表達，她更高程度地願意試著將「個人我」與「社會我」分開，對個人需求有更多的重視與關照。從原本妻將個人我與社會我結合，顯示了「個人我」在傳統華人文化中，除了可能隱沒於關係、家庭等「大我」的概念外，還可能為與社會期待做結合，將社會價值、社會標準都變成自我的價值與標準，此為另一種個人我隱沒的樣貌。而 G 妻願意做出的調整，也顯示了她在現代個人取向心理特徵的小幅度提高，她表示要將結合這麼久的個人我與社會我分開並不容易，但她是願意努力嘗試的，她也知道這是夫對她關心的展現。

(2) G 妻對丈夫的關係的改變：

G 妻對夫的關係的改變在此歷程中並不明顯，原因可能在於她對夫原本就已有足夠的肯定與感情，感受到夫一直對她很好，她也一直將夫妻關係視為最重要的關注；而兩人的衝突是偶發事件，對此偶發事件她雖然感到相當難過，但並沒有動搖她原本對夫的信任或兩人情感，因此，僅是透過諮商活動更瞭解夫在衝突當下的內在心理狀態。

綜合以上的研究結果與文化理解及詮釋，G 對夫妻選擇之衝突議題與華人文化的相關較不明顯，而兩人在互動歷程中的表達，夫呈現出明顯的現代西方個人取向文化價值信念，妻則同時呈現出傳統華人他人取向文化與現代婚姻觀的影響，兩人的衝突為偶發，諮商方法的介入主要幫助兩人更瞭解彼此在衝突當下的心理狀態，協助雙方表達出當下沒有說出口的話，在更瞭解彼此的狀態後，兩人很自然地回到平日互動的協調狀態。而受現代文化影響的婚姻觀為兩人對婚姻共同的經營方向，在此點上是兩人原本就有的共識。

貳、 五對夫妻綜合比較

綜合上述五對夫妻各自所受到之傳統與現代文化價值信念之影響，整理如表 4-7 (P.248)。研究者將進一步比較五對夫妻受到文化影響之異同，茲分為「夫妻二人之間的文化差異」及「個人所受傳統／現代雙文化影響」二部分進行說明：

首先，從夫妻二人之間的文化差異來看，A、C、E對夫妻皆呈現出「夫之傳統性高於現代性；妻之現代性高於傳統性」的樣貌。夫呈現出較多的傳統家庭觀，包含家族角色責任的承擔、孝道觀念的實踐、將個人需求置於最後、重視關係和諧等；妻則呈現出較明顯的個人主義價值觀與現代婚姻觀，包含重視個人需求、重視夫妻間的情感關係、對核心小家庭的維護與嚮往等。

D對夫妻呈現出「夫之現代性高於傳統性；妻之傳統性高於現代性」的樣貌。夫表達明顯的個人主義價值觀與現代婚姻觀，妻則呈現較多傳統家庭觀與他人取向心理特徵。但特別之處在於妻對自己在意的傳統文化觀念並不認同，且極力想擺脫，無奈其環境脈絡讓她感到擺脫困難，故更添內在的衝突與矛盾。

G對夫妻呈現出「夫之現代性高於傳統性；妻之傳統性與現代性同時展現」的樣貌。夫表達出明顯的個人主義價值觀與現代婚姻觀；妻則在不同層面同時存在著高度的傳統性與高度的現代性，傳統文化影響妻不易劃分社會我與個人我，現代文化則影響妻以夫妻之情感關係為主要關注的現代婚姻觀。

從個人所受之傳統／現代雙文化影響來看，可發現兩個共通點：第一，五對夫妻幾乎皆同時受到傳統／現代的雙文化影響（僅G夫在該議題的表達上未出現傳統文化影響因素），但在程度與內涵上仍存在著不小的差異，此點由前面之比較已可窺知；第二，五對夫妻皆出現了個人主義文化影響下的現代婚姻觀，但一樣在程度與內涵上有所差異；普遍存在的影響為對夫妻關係及婚姻之情感性目的的重視。

表 4-7 夫妻各自所受之傳統華人文化／現代西方文化影響

		A		C		D		E		G	
		夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻	夫	妻
傳統 華人 文化 影響	重視傳統家庭觀念或孝道	✓		✓				✓			
	對傳統家庭觀及孝道有限度的重視、承擔部分角色責任		✓		✓	✓					
	家庭責任 承擔夫家傳宗接代的家族責任							✓			
	文化價值 對婆婆的孝順心意		✓								
	對傳統妻子、媳婦角色責任的認知		✓								
	由傳統家庭觀衍生之婚姻觀				✓						
	將個人需求置於最後	✓		✓				✓			
	不習慣情感表露	✓									
	維持和諧、避免衝突				✓						
	他人取向 在意社會期待、社會眼光與社會比較							✓		✓	
個人取向 個人我與社會我的高度結合										✓	
關係宿命觀－緣分、命定觀、與因果循環								✓			
現代 西方 文化 影響	重視夫妻關係及婚姻的情感性目的	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	賦予個人性的現代婚姻意義與婆媳關係		✓								
	重視夫妻關係品質與生活					✓					
	重視兩人在夫妻關係中的成長	✓						✓			
	維護核心小家庭的優先性		✓			✓					
	對核心小家庭的責任與付出		✓								
	對核心小家庭的理想藍圖規劃								✓		
	不承擔傳宗接代的家族使命					✓					
	希望以個人和夫妻關係為優先的現代性想法		✓					✓			✓
	「成為一個母親」的自我實現								✓		
個人 取向 問題 意識	重視個人需求、目標、發展與個人權益		✓		✓	✓			✓	✓	
	習於自我伸張								✓		
	重視自我照顧		✓							✓	
問題 意識	對兩人因文化因素帶來的不同處境有更多的意識				✓						
	對夫妻關係中問題的意識高於夫					✓					
雙文化新心理特徵－重和諧，但不害怕衝突								✓			

參、討論

本節討論之討論，研究者將分為以下三大部分：第一部分為衝突議題之文化討論；第二部分為夫妻傳統性與現代性心理特徵差異之文化討論；第三部分為個人內在自我之傳統性與現代性心理特徵的探討。分述如下

一、衝突議題之文化討論

(一) 婚姻衝突議題反映傳統華人父系文化仍對當代華人婚姻具影響力

本研究的五對夫妻中，其中三對夫妻（A、C、D 對夫妻）討論的議題本身，即可視為傳統華人文化影響下所出現的衝突議題，它們所反映的文化概念分別為「孝順」、「對家族的照顧」、「傳宗接代」；而此三個議題，又皆與男方的原生家庭系統有直接相關——「孝順」的對象是 A 夫的母親、「對家族的照顧」是指 C 夫的家族、「傳宗接代」同樣是指為 D 夫家族傳宗接代。由此，可明顯看出傳統華人父系文化在現今台灣社會仍對婚姻關係具有一定的影響力，也容易成為夫妻間的衝突議題。

這與利翠珊（1995）曾指出，現今的華人社會，一般而言男女結婚後，男方的家族仍為兩人婚姻生活上的基點，是可相呼應的。對新一代的年輕夫妻而言，不論其所組成的是核心家庭、折衷家庭、或大家庭，妻子角色在傳統文化的安排下，仍被認定為「嫁入夫家」，成為男方家族系統內的一份子；也因此，女方在婚後所須面臨的適應和考驗，與一直處在原系統中，只是系統內添加一人的男方，有著不同的立基點。

(二) 以男方家族為婚姻生活的基點，為男女雙方帶來對問題不同的意識程度

承上所述，這樣的文化因素，亦影響了夫妻雙方對夫妻關係中「問題」的存在，有著不同的意識程度。如 A 對夫妻「給母親／婆婆零用錢」的議題，即呈現出 A 妻不斷地反應與要求，希望 A 夫去瞭解母親／婆婆的用錢情形，並思考有無調整空間，但 A 夫卻覺得沒有「立即而明顯」〔SAH062〕的需要去瞭解，也希望能夠維持原狀，盡可能不要去做調整。C 妻更對於 C 夫表示「妳沒有問題通常我們都沒有問題」〔SCH018〕的說法不能接受，直接表達因為面臨改變的是自己（妻），不是夫。

劉惠琴（1999a）曾提出「弱勢改變」的觀點，指出婚姻當中「改變」過程的引發，多半是先來自妻子的覺察，而先生於改變的初期多半不覺察有改變的需要。因為在關係中享有較多優惠的一方，多半認為關係是滿意的、公平的、不需改變的，往往也不理解配偶為什麼要「無理取鬧」，「好好的日子不過」。而此種知覺上的差距常常是改變中最困難的部分。想改變的一方，往往也是較弱勢的一方，必須不斷堅持改變的需要，才能讓另一方改變其知覺，認同改變的必要性。本研究中 A、C 兩對夫妻即出現類似劉氏所闡述的現象。然而，當中亦有差異，

在於夫雖然本身對問題的意識較妻子弱，但當妻子將問題提出時，C 夫是會正視妻的煩惱，而思考可以如何改善的。

二、夫妻傳統性與現代性心理特徵差異之文化討論

(一) 夫妻間傳統性與現代性的心理特徵差異可能帶來夫妻衝突，但亦會相互影響及改變

從本研究五對夫妻所呈現出的傳統性與現代性心理特徵、價值信念，可看到夫妻之間都存在著或多或少的傳統性與現代性差異，此差異可能是造成夫妻衝突的主要來源，例如 A、C、D 對夫妻；但也有可能並不造成衝突，或並非衝突的主要來源，如 E、G 對夫妻；本章第五節已針對「五對夫妻之傳統性與現代性心理特徵的差異是否造成夫妻衝突」進行討論，此處，研究者將從研究結果中進一步探討夫妻間傳統性與現代性的差異，如何相互影響，帶來改變。

研究者發現，本研究的五對夫妻，雖然各自持有傳統／現代不同的文化價值信念，但亦會在平日的相處或衝突協調的歷程中相互影響，彼此調適。A 夫、C 夫對傳統家庭觀及孝道的重視，一定程度地影響了妻的觀念或行為，使得原本較重視現代婚姻觀的妻都對傳統家庭觀及孝道有一定程度的看重，並對家庭角色責任做部分的承擔；A 妻認同的孝道方式影響了夫，使其願意對母親有更多的情感表達及關心；C 妻對婚姻中「問題」的意識影響了夫，使夫更能留意妻因環境改變而出現的調適問題；D 夫、G 夫對個人需求的重視影響了妻，使妻在夫的鼓勵下對個人需求有更多的照顧；D 妻、G 妻對他人期待、他人眼光的在乎影響了夫的應對態度，從原本覺得不需回應與理會，轉為願意為妻做出回應或給予適度的關注；E 夫對兩人能在夫妻關係中一同成長的期待影響了妻，兩人對此達成共識；E 妻對核心小家庭的藍圖規劃亦影響了夫，讓夫覺得他應該對「家庭」有更多的想法。

在這些相互的影響與改變中，有的牽涉到觀念的調整與改變，有的則是為了照顧配偶需求，願意在行為上做出調整。無論是哪一種調整，皆顯示出夫妻之間傳統性與現代性的差異，不僅如過去文獻（高旭繁、陸洛，2006；陳秉華，2004；楊國樞，1997）指出，可能成為夫妻衝突的來源；亦會透過彼此長期相處的相互磨合、適應、調整、分享，或是外力的協助（例如夫妻諮商），帶來相互影響及改變，在自我協調與關係協調的歷程中，讓雙方都成為更具彈性的人，也為夫妻關係帶來更好的適應。研究者認為，此實為婚姻諮商實務工作者在處理夫妻間因傳統性與現代性差異造成之衝突時，可與夫妻們一同努力的方向。

(二) 夫妻間相互的影響與改變仍有其限度，核心價值的改變不易

承上所述，本研究中的五對夫妻，雖然都在過去的相處或「婚姻關係衝突之

人我協調」諮商方法的介入下，在文化價值觀念或行為上出現相互的影響與改變，但從研究資料中依然可觀察到，這樣的改變有其限度，特別是夫妻原本各自最重視的核心價值是不容易動搖的。如 A 夫雖改變了行孝的方式，但重視孝道的核心價值信念並未改變；C 夫對原生家庭的重視、C 妻對個人需求的重視，雖都為彼此做了部分調整，但也都仍有一定程度的維護；G 妻長久以來已經將社會價值觀內化為個人價值觀，雖在夫的期待下願意對個人自我有更多照顧，但現階段能做出的調整仍然有限，僅能先學習將社會我與個人我分開，尚無法如 G 夫一樣將對個人的照顧放到最重要的位置。

三、個人內在自我之傳統性與現代性心理特徵的探討

(一) 傳統華人文化對現代華人仍具影響，但不同價值信念受重視之程度不同，個體間亦有明顯差異

1. 孝道觀念

從本研究參與夫妻在傳統華人文化價值信念上的展現，可以發現孝道觀念仍然是現代華人的核心信念。對傳統性較高的 A 夫與 C 夫而言，孝道是其堅守的核心價值信念，在認知、情感、行為上皆以盡孝為其主要關注，E 夫未直接提到孝道，但提及了自己長子長孫的角色，自許對家人提供更好的照顧與幫助；而 D 夫雖然現代性高，但仍表示對父母親的生活有義務要去關照。

此情形正符合葉光輝（2005）所指出，從社會科學的實徵調查顯示，雖受到世界性現代化思潮的影響，但孝道在華人社會中仍是人們日常生活中重要的價值或德行；亦符合余德慧（1991）所言，在台灣地區，大多數的成年子女都願意在生活上做一些犧牲，以盡到他們對父母的義務。作為儒家思想強調的中心價值，孝道觀念在現代華人的心中，仍然是內化相當深的價值觀。但葉光輝（1997）也指出，在尊親懇親、奉養祭祀之孝道觀念仍受到現代子女之重視的同時，抑己順親、護親榮親的孝道觀念已經逐漸減弱；當中的護親榮親意指子女應盡力榮耀雙親及延續家族命脈，本研究亦反映出此現象。D 夫與 E 夫在尊親與奉親的同時，皆傳達出「傳宗接代」並非其必然承擔之角色責任，特別 D 夫身為獨子，E 夫身為長子，反映出延續家族命脈的傳統觀念已較過去有相當程度的減弱。

本研究亦發現，已婚女性對公婆的盡孝觀念與行為，與傳統婦女已經有所不同。對傳統婦女而言，當嫁入夫家，公婆便取代了親生父母，媳婦必須將公婆擺在最優先的地位，對公婆善盡侍奉之責（利翠珊，1999）；甚至，要比夫家兒女更盡孝道（姜躍濱，1991）。而在本研究中，A 妻、C 妻同樣認為孝順婆婆（因公公皆已過世）是重要的，但在程度上、方法上，則都受到了現代婚姻觀的影響出現改變。A 妻站在維護核心小家庭的立場，希望對婆婆在經濟上的提供能有一定的限度；C 妻則認為對於孝順婆婆，自己在一定範圍內能夠做的，她有盡力在

做，但無法像夫所希望的做到一百分；此較近似於 Lewis（1990）所提及之西方子女對待父母的態度，他們願意為年老的父母提供必要的協助，但盡義務通常有一個限度，就是不能影響到自己的婚姻。

此外，A 妻亦提到，自己與婆婆原本不是親人，是因為丈夫才與婆婆有關聯，但丈夫是婆婆的兒子，就情感的深度上，應負擔起比自己（妻）更多的孝順責任；而在孝順的方法上，A 妻也認為情感的表達更勝於物質的給予。研究者認為，這顯示出 A 妻在對婆婆保有孝心的同時，是以情感關係而非角色關係來看待自己與婆婆、先生與婆婆之間的關係，並作為責任判斷的依據；加上她重視以情感表露來傳達孝心，也鼓勵、支持先生多對婆婆表達關心，研究者亦認為她展現出融合傳統華人孝道精神與現代夫妻軸家庭文化特徵的現代華人妻子之新風貌。

2.傳統家庭觀念

傳統華人家庭觀念所包含的範圍相當廣泛，從本研究結果可見，它仍一定程度地影響了現代華人的價值觀，但在每個人身上則存有不小的差異。本研究中的 A 夫與 C 夫展現出最明顯的傳統華人家庭價值信念。他們對家庭倫理、家庭和諧、家庭團結、上述的孝道精神等傳統家庭觀念保有相當高的重視，認為這是天經地義，理所當然，也是正確的價值觀。他們同樣認為個人的需求應放在家庭需求之後，也同樣認為這些傳統價值觀是他們本身就認為應該去做的，與社會他人的眼光、期待並沒有關係。E 夫同樣將個人需求置於家庭需求之後，重視自己在家族中的角色責任。A 妻、C 妻、D 夫則較明顯地展現出對家庭觀念有限度的重視及角色承擔。從五對夫妻對傳統家庭觀念重視程度的差異，可窺見楊國樞（1997）所描述到，當前台灣社會正從父子軸家庭型態轉向夫妻軸家庭型態這樣的變遷方向。

3.他人取向

本研究中亦看到，楊國樞（1993；K. S. Yang, 1995）所提出華人社會取向中的「他人取向」，仍然對現代華人具有部分影響力，包含：對他人意見特別敏感、社會順同傾向、對社會規範的關注等。但它在本研究五對夫妻身上的顯現，出現了近似於「兩極」的現象，在乎者相當在乎（如：D 妻、G 妻，E 妻稍弱），不在乎者則相當不在意（A 夫、A 妻、C 夫、C 妻、D 夫、G 夫）。研究者認為，因本研究屬婚姻衝突研究，不在意者較為多數可能反映出婚姻衝突的特性，其衝突與困境的癥結主要仍存在於夫妻之間、家族之間等實際的關係互動層面，相較之下，他人影響顯得較為薄弱或非主要影響來源；而對於仍在乎他人眼光與期待成員而言，D 妻與 E 妻面對的狀況皆與大環境對已婚女性的生育期待相關，此則反映出現今華人社會加諸在已婚女性身上的角色期待（生育期待）仍屬普遍，而女性也可能一定程度地內化了此期待。

此外，從表達出對他人期待、社會價值觀不在意的六位成員中，亦可發現一

特殊現象，在於此六位成員同時包含了對傳統華人家庭文化相當重視的 A 夫、C 夫，以及對現代西方個人取向文化相當重視的 A 妻、C 妻、D 夫、G 夫。前者認為他們對傳統文化價值觀的重視，是由其家庭我出發，認為應該如此去做，與社會的眼光或評價沒有任何關係；後者則是受到個人取向影響，認為社會的眼光無須在意。換言之，本研究參與夫妻所呈現出之對他人取向的不在意，一則真正反映出對現代個人取向價值信念的重視，一則反而代表著對傳統家庭價值信念更深的認同。

4.傳統華人自我的展現

研究者在前述「傳統家庭觀念」中曾提到，本研究之 A 夫、C 夫、E 夫皆表達出其以家庭需求為先，將個人需要置於家人與夫妻關係之後的價值排序；特別 A 夫、C 夫皆表示自己並無特別的個人需求，只要能把家庭和夫妻關係照顧好，個人就已獲得極大的滿足。此反映了家族主義中所強調之以家族為重，以個人為輕的原則，以及自我與家族間不強調分化之家族一體感（楊國樞，1993；1997；楊國樞、葉明華，2005；K. S. Yang, 1995）；亦如同楊中芳（1991b）所提及華人自我之「大我」概念，因其已將個己延伸至與更大的團體結合為一，所以已經分不清真正的自我需要是什麼，家庭的需要就是自己的需要，而此種將「小我」變為「大我」的內化過程，目的就是在「去私」。此種傳統華人自我的展現，與個人主義社會下強調自我與家庭分化的概念，是相當不同的。

（二）現代婚姻家庭觀相關內涵已普遍出現在現代華人身上，但重視的程度及內涵則有個別差異

從本研究結果中，可發現五對夫妻皆已受到現代夫妻軸文化影響，而出現或強或弱之現代婚姻家庭觀相關內涵，其中最明顯的為他們對夫妻軸文化中「感情優先」之運作特徵的重視，特別在夫妻關係上，皆展現出重視婚姻的情感性目的，對彼此的親密情感有所需求及期待。其次，夫妻軸文化所強調之「收斂主義」亦出現在本研究之結果中，反映在部分夫妻（A 妻、D 夫、E 妻）對核心小家庭資源與權益的維護、及理想藍圖的規劃。楊國樞（1997）曾指出，從父子軸文化轉變為夫妻軸文化，首先轉變最多的可能是由擴散主義轉向收斂主義這個特徵，其次可能為兩性平權、個體取向、雙向均勢與感情優先等特徵的出現，與本研究結果亦有可相通之處。

（三）在婚姻關係的脈絡下，現代西方個人取向文化所帶來之對個人自我的重視，尚非普遍存在

從本研究五對夫妻之資料發現，雖然現代台灣社會受到現代化及西方文化的影響，已更強調對個人自我的重視及需求滿足，但它並非普遍出現在每一個人身上。本研究的五對夫妻，正好呈現出每對夫妻中，有一人對個人需求及目標有明顯的重視與強調，亦即持有個人取向之價值信念（A 妻、C 妻、D 夫、E 妻、G

夫)；另一人則對關係、家庭、或社會他人有比對個人自我更多的重視，亦即仍抱持著傳統華人社會取向價值信念(A夫、C夫、D妻、E夫、G妻)。

然而，因本研究是在探討婚姻衝突之脈絡下所獲得的資料，這樣的結果仍須放在夫妻關係的脈絡下來解讀；它說明了在夫妻與家庭關係中，個體對個人自我的強調和展現並非普遍存在，而可能會退居在關係自我與或家庭自我的需求之後；但對於他們在其他入際關係脈絡中之自我展現，是否呈現相同的樣貌，則尚不得而知。其間的差異，仍與傳統華人自我特性相關；華人自我之界線具伸縮性，「自家人」與「非自家人」、「內團體」與「外團體」都依個人之主觀來界定，面對不同關係界定之對象，個體會展現出不同的自我樣貌，運用不同的互動原則，已是許多研究華人自我之學者共同的見解(金耀基，1992；黃光國，2005a，2005b；楊中芳，1991b；楊國樞，1993；Hwang, 1987)。

(四) 個人內在之傳統／現代雙文化心理特徵並存現象

在本研究中，可發現五對夫妻幾乎每個人身上都同時存在著傳統與現代文化之心理特徵，如同 Lu 與 K. S. Yang (2006) 所提出之「傳統性與現代性的雙文化自我」，在現代化與西方文化的影響下，當代華人身上已同時具備了社會取向與個人取向兩種心理特徵與行為，兼具傳統性與現代性兩類的成分，是一種社會取向自我與個人取向自我並存而成的自我新面貌。

傳統與現代雙文化之心理特徵的並存，可能為個體帶來內在自我的衝突，如同本章第三節所討論，但也可能帶來相互混合與融合的現象，甚至透過個體彈性靈活地統整自我系統內各種自我組合單元，而出現創造性的因應思維與行動，成為創新的雙文化心理特徵(陸洛，2007；楊國樞，2002b，2004)。研究者發現本研究之五對夫妻中，亦出現傳統與現代心理特徵共存或融合創新之現象。

G 妻在其內在自我狀態中，於不同層面分別保有了高度的傳統性(將社會價值觀內化為個人價值觀，無法區分)與高度的現代性(具現代婚姻家庭觀念)，這兩種心理特徵因存在於較不互相影響的層面，因此即使兩種心理特徵的成分皆高，不一定會產生內在自我衝突而能彼此共存。然而，因生活情境複雜多變，G 妻亦有可能在未來遇到此二種心理特徵相互矛盾的困境，而使原本共存的特質開始出現衝突。

E 夫在其面對婚姻衝突的態度上，展現出「重視和諧，但並不害怕衝突」的雙文化心理特徵。此顯示出 E 夫面對人我關係衝突所持的看法，已融合了傳統華人文化中對和諧的重視，及西方文化中直接面對衝突，並相信衝突是為了成長與進步這樣的雙文化觀點，他願意以退讓避開無謂的爭執，維繫關係的和諧，亦願意以直接面對的態度迎向有意義之衝突帶來的挑戰。此融合特徵展現出 E 夫在人我關係上更多的彈性，亦可能在此信念下達到更好的社會適應(陸洛，2003)。

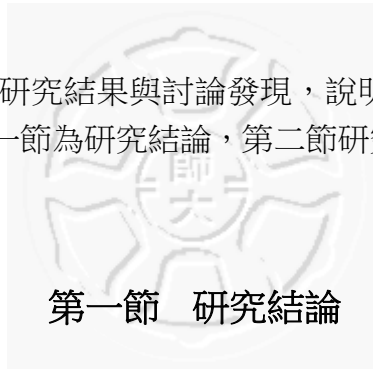
此外，研究者曾於前面提及之 A 妻在孝道精神的展現上，一方面對婆婆保有孝心，但以情感關係來界定自己與婆婆、先生與婆婆間的關係，作為誰應該負起更多責任的判斷依據，同時自我勉勵也鼓勵先生多以情感表達的方式傳達孝心，亦展現出其融合傳統華人孝道精神與現代夫妻軸家庭文化特徵的現代華人妻子之新風貌。

最後，A 夫之傳統與現代雙文化心理特徵融合之展現，係透過衝突協調歷程發展出來。當 A 夫透過與妻的協調，更能接受以情感表達的方式去傳達對母親的孝心，更重視與母親互動的親密情感，他趨近了妻的期待，滿足了內在欲照顧夫妻關係的需要，但無須減弱自己原本對孝道的重視，其內在自我形成了一個同時涵括傳統／現代雙文化特徵的孝道表現方式，因而能化原本的關係我與家庭我的內在衝突為兩者兼顧，達到內在自我的平衡狀態。

從 E 夫、A 妻、A 夫的雙文化心理特徵之展現，皆可看到彈性組合傳統文化與現代文化之特徵，能夠讓內在自我衝突或人我關係之衝突獲得更好的平衡與兼顧，此情形正符合楊國樞（2004）所指出，為有效適應現代與傳統共存之生活環境，個人的主體我必須擁有將個人取向自我成分與社會取向自我成分加以重新組合、融合、以至統整的各種能力，彈性靈活地因應不同的問題與考驗；亦符合陸洛（2003）所言，若能整合兩套自我態度，來處理傳統文化與現代文化之衝突，可能會是最好的適應方式。而此種傳統華人文化與現代西方文化的兩相兼顧與協調，即為陳秉華（2001，2004）「協調我」概念中所強調，在現今多元價值的華人社會中，當個體愈具備人我關係中的自我協調能力，能在自我需要的滿足與社會關係中做出協調，就愈能成為一個心理健康、社會適應的現代華人。

第五章 結論與建議

本章內容主要在根據研究結果與討論發現，說明結論與研究限制並提出建議。全章共分為三節，第一節為研究結論，第二節研究限制，第三節為建議。分別敘述如下。



第一節 研究結論

本研究之目的，在探究現今社會變遷的脈絡下，在婚姻關係中感到有衝突的夫妻，透過一考量華人文化所設計之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法的協助，夫妻會如何達到各自之內在自我協調與夫妻關係協調，重回個人內在的平衡狀態與夫妻關係的平衡狀態；亦期待瞭解在此協調歷程當中，有助於達成夫妻衝突協調之促成因素，以及探討夫妻衝突所受之文化脈絡影響。本研究透過探討五對平均年齡約 34 歲，婚齡約 0.5 至 3.5 年的已婚夫妻，在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法中所呈現出的夫妻關係衝突協調歷程，獲得本研究之研究結果。研究者綜合資料分析的結果與發現，得到以下結論：

一、五對夫妻關係衝突主要議題

本研究五對夫妻之衝突議題，大致可分為兩類，一類為涉及原生家庭系統之夫妻衝突（A、C、D 對夫妻），一類為單純發生在二人關係間之夫妻衝突（E、G 對夫妻）。在第一類衝突議題中，因三對夫妻所面臨之衝突背後隱含了「孝順」、「對家族的照顧」、「傳宗接代」等文化意涵，又可視為傳統華人文化影響下所出現之衝突議題，顯示出傳統華人家族價值觀念與父系文化，對現代華人夫妻之互動仍具有相當深的影響。第二類衝突議題則來自夫妻因不同的成長背景與經驗，而在觀念認知或價值信念上出現落差，顯示出在夫妻的親密連結中，因兩人是不同的個體，衝突的確易在保持連結與展現差異間產生，如何面對差異帶來衝突與挑戰，成為夫妻關係中重要的學習。

二、五對夫妻在衝突協調初期之內在自我衝突

本研究以「華人自我四元論」之四個自我的觀點來看夫妻各自之內在自我衝突。在五對夫妻所出現之內在自我衝突，主要可分為「四個客體我之間」與「單一客體我之內」兩大類衝突。這些個體內在的自我衝突，主要是源自於其在夫妻關係衝突議題中，在不同的自我面向間，或同一自我面向內，各有不同的需要欲

照顧及滿足，包括個人自我的需要、關係自我的需要、家庭自我的需要，以及對社會他人的在乎，在多重的顧慮與考量中，呈現出一種矛盾與衝突的狀態。

在五對夫妻之內在自我衝突中，又以「個人我」與其他三個社會取向之次級自我間的衝突占最多數，代表著現代華人夫妻受到西方個人取向文化影響，對個人自我之需求與目標渴望滿足與達成，但一方面傳統華人文化對關係和諧、關係維繫、家族照顧等價值信念仍然存在，且西方夫妻軸文化對夫妻情感關係的重視與強調亦為現代華人夫妻所關注，使得個人我之需求與關係我、家庭我、社會我之需求間，容易出現難以兼顧的內在衝突狀態。而本研究亦反映出與「個人我」相關之內在衝突多發生在妻子身上的現象，其原因可能與當前大環境仍對已婚女性在「個人我」面向的發展有所束縛、限制有關，使得受個人取向文化影響而欲追求或滿足個人我需要之已婚女性，會感受到較男性更多的心理掙扎及壓力。

五對夫妻中亦出現三個社會取向次級自我間的內在衝突，其中以「關係我」與「家庭我」的衝突為多，且多發生在丈夫身上。此一方面反映出當今台灣社會在傳統／現代雙文化影響下，夫妻情感關係與原生家庭關係間的不易兼顧；也反映了此內在衝突對夫妻關係中的先生而言，又是更高的挑戰。特別當妻子一方受現代文化影響較深，對夫妻的情感關係有更高的期盼；先生一方面受傳統家庭觀念的影響仍深，一方面又想滿足、回應妻子的期待，或是本身也對夫妻情感關係相當看重，就更容易產生此內在自我衝突。

三、五對夫妻在衝突協調初期之夫妻關係衝突主要來源

本研究五對夫妻之夫妻關係衝突主要來源，大致可分為兩類，一類衝突為來自夫妻雙方對四個自我之重視程度的差異（A、C、D 對夫妻），另一類衝突則來自夫妻一方或雙方過於強調個人自我需求，忽略了對配偶或對關係的照顧所致（E、G 對夫妻）。第一類衝突來源又可視為夫妻間傳統性與現代性的差異所造成之關係衝突，顯示當夫妻的一方持有較多的傳統性心理特徵，對華人傳統家庭觀念與責任有高的重視，而另一方持有較多的現代性心理特徵，看重夫妻關係、核心小家庭需要或個人需要時，因雙方持著不同的價值信念，就可能因共識難以形成而造成夫妻衝突，此實為當前台灣社會之華人夫妻易見之夫妻衝突來源，亦會是在諮商中需面對與處理的重要議題。第二類衝突來源則說明在夫妻關係中，個人除對自己在關係中的需要能夠覺察與表達，使其有機會得到配偶更多的瞭解與關照，亦必須同時覺察並關心配偶之自我狀態與需要，若過於強調並爭取個人需求的滿足，而忽略關係維繫與對配偶的關照，都容易成為夫妻關係之衝突來源。

四、五對夫妻在衝突協調歷程中之內在自我協調與夫妻關係協調

本研究五對夫妻在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入下，其內在自我之協調，大致皆能從協調初期關注於個人立場，在提升自我瞭解與對配偶、對夫妻關係的瞭解後，做出自我狀態的調整，以照顧配偶的期待和需要。此外，夫妻也會透過對自我更多的覺察，或是配偶的鼓勵支持，增加對自我需求的照顧。而夫妻之自我調整亦有其限度，故部分夫妻仍會對自己重視的面向有一定的堅持，無法做過多的退讓，但其若能清楚表達困難所在，配偶亦多能尊重與接受其不調整的決定。

而衝突的化解與夫妻關係的凝聚、提升，除了需要雙方各自的內在自我協調外，兩人的內在自我協調也會在其動態歷程中不斷帶給配偶重要的訊息或刺激，同時接收配偶所傳來的；而每一次訊息的釋放與接收，都將影響其各自的下一個決定或協調方向。隨著此種夫妻關係協調歷程的進展，以及歷程中促進關係協調之因素的出現，夫妻原本各自之內在自我衝突及夫妻關係衝突也開始產生變化，逐漸重新獲得一動態的平衡狀態，但此動態平衡狀態仍會隨時因著內在自我、夫妻關係、與外在環境的相互影響而有所變動。

此外，本研究結果亦發現，在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入下，五對夫妻之關係衝突協調歷程具有展開正向循環及追求實性和諧的特性。此顯示出研究參與夫妻透過內在自我協調與夫妻關係協調的歷程，不僅在化解個人內在自我衝突、夫妻間之關係衝突，亦對彼此能擁有更親密、更富成長性之關係發展抱以期待。

五、五對夫妻之關係衝突協調結果

在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法的介入下，本研究五對夫妻最終皆願意在其衝突議題中，以維繫或增進夫妻關係、照顧配偶在關係中的需要為最優先的考量，這樣的共識，將夫妻之間的衝突帶往正向的協調結果；以此共識為依循，兩人亦能開始討論回到日常生活中的實際做法，並對更好的關係發展、情感增進有所期待。此外，夫妻能在自己的需要被配偶看重與滿足的同時，也再去照顧配偶原本所關心的其他面向，使得最後能呈現出「夫妻皆首重關係，也能盡量照顧到配偶之其他自我需求」的協調結果，是本研究所看到另一個夫妻互動中的寶貴現象。

六、五對夫妻在「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法下，促成夫妻關係衝突協調的因素

綜合五對夫妻在協調歷程中所出現之關係協調促成因素，共包括了以下十一

個主因素：1.增進對自我的覺察與瞭解；2.增進相互瞭解；3.訊息核對帶來對實際現況的瞭解與思考；4.雙方有共識；5.增進對夫妻關係的覺察與瞭解；6.增加對配偶之信任感；7.願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意；8.對改變願意承諾；9.期待建立新的溝通模式；10.期待持續成長並有努力意願；11 幽默感。這些衝突協調促成因素之出現，一方面與「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方案之設計有密切的相關，一方面也有夫妻各自之獨特性的展現；而這些因素的出現，亦顯示出融入「人我關係協調諮商模式」(陳秉華、林美珣、李素芬，2009；Chen, 2005) 重要工作任務的「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，的確能夠透過其細緻步驟的進行，逐步達到「人我關係協調諮商模式」所強調之重要工作任務，協助夫妻衝突之化解，促成夫妻關係之協調。

此外，本研究結果亦發現，主因素之「願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意」，能讓夫妻直接感受到彼此具情感性的互動溝通與表達行為，對帶動夫妻互動之正向循環有重要的影響，其中之次因素包括：願意為配偶作自我調整、照顧配偶的感受與需要、表達對關係及配偶的肯定與重視、支持配偶照顧個人需求並給予協助、願意在溝通互動中放低姿態、對配偶情緒狀態的立即覺察與支持、表達期待後能尊重並接納配偶維持原本狀態、能感受到配偶所釋出的善意，皆為相當有助於夫妻關係衝突協調之促成因素。

七、研究者對五對夫妻關係衝突協調之文化理解與詮釋

本研究五對夫妻之婚姻衝突議題，反映出傳統華人父系文化仍對當代華人婚姻具有影響力；以男方家族為婚姻生活基點的文化因素，為婚後的男女雙方帶來對問題不同的意識程度，此成為影響夫妻間「誰發現／提出問題」的重要原因。其次，夫妻間傳統性與現代性心理特徵的差異可能會為婚姻關係帶來衝突，但亦會透過長期的相處與協調歷程而相互影響及改變；不過此種夫妻間的相互影響與改變仍有其限度，原本核心價值的改變並不容易。

此外，本研究結果亦看到，傳統華人文化之孝道觀念、家庭觀念、他人取向、關係宿命觀、及和諧觀等，在現今華人身上仍具有一定程度之影響力；傳統華人之自我特性，包含以團體為重、個人為輕之原則、自我與家族間不強調分化之家族一體感、「大我」之去私觀念等，亦在部分成員中有所展現。而在西方文化的影響方面，現代婚姻家庭觀之相關內涵已普遍出現在現代華人夫妻身上，其中，以對夫妻關係之情感性目的的重視最為明顯；而個人取向所強調之對個人自我需求的重視，在婚姻關係的脈絡下，部分成員予以看重，但尚非普遍存在。

最後，從本研究之五對夫妻身上亦可看到傳統／現代雙文化心理特徵並存之現象，五對夫妻身上皆同時具備了社會取向與個人取向兩種心理特徵與行為，它們可能彼此矛盾造成個人內在自我衝突，也可能彼此共存不相干擾，還可能相互

化合，形成融合傳統與現代雙文化觀點之新心理特徵，而讓內在自我衝突與夫妻關係衝突獲得更好的平衡與兼顧，達到更好之婚姻適應。

八、「華人自我四元論」在理解華人婚姻衝突議題上之適切性

本研究之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，融入了楊國樞（2004）「華人自我四元論」之四個自我概念，透過對本研究五對夫妻之衝突協調歷程分析，結果顯示將「華人自我四元論」運用在夫妻關係衝突的討論上，是具有本土意義與契合性的，為我們在思考與處理當代華人婚姻議題時，可以採用的理論觀點。

而本研究五對年輕夫妻所呈現出之四個自我意涵，「個人我」與「社會我」二部分與原「華人自我四元論」的界定是相符合的；「關係我」意涵則因增添了大量的情感性關係自我表達而與原理論概念有所不同，所代表的文化意義亦從原理論的傳統性轉變為富含現代文化精神的新概念；「家庭我」意涵則出現較原理論更細緻化的分類，而同時包含了傳統與現代的兩種意義。此意涵上的轉變與細緻化分類，皆說明了當代台灣社會在傳統華人文化與現代文化兩股力量的同時影響下，已呈現更多元的個人內在自我樣貌，分類更細，內涵上也因新文化的影響更添豐富。

第二節 研究限制

本研究之研究限制如下：

一、研究參與者特性之限制

本研究之研究參與夫妻皆為高學歷，年齡介於 27 至 42 歲之間，婚齡介於 0.5 至 3.5 年之間，屬於較年輕世代之新婚夫妻；當中亦有部分成員為諮商輔導領域之相關工作者，或因興趣而參加過相關課程與訓練，因而具備較高的自我覺察能力與表達能力，對他人的敏感度與覺察度也較高；加上此衝突協調歷程是發生在一夫妻關係協調工作坊情境中，依照既定的諮商介入方法步驟所進行之夫妻關係衝突協調，因此，本研究結果不一定能適用於不同教育背景、年齡世代、非新婚夫妻，及不是發生在相同工作坊情境、運用相同諮商介入方法的對象。

二、小樣本的研究

本研究僅有五對夫妻參與，為一個小樣本的研究，雖然研究結果獲得一些夫妻在衝突中的自我協調與關係協調歷程樣貌、與衝突協調相關的促成因素、以及所受到之文化影響，但五對夫妻在此歷程中，亦呈現出其獨特性與差異性。此種夫妻間各具獨特性之自我協調與關係協調變化歷程及文化影響的研究發現，所呈現出之個別特殊性知識與意義，將更勝於普同性。

三、諮商介入方式之限制

本研究探討之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法，係安排於一夫妻關係協調工作坊當中，該工作坊共有四天，此諮商方法於第三天下午進行，時間為三小時。因工作坊相較於婚姻諮商而言，仍具較多之學習與演練性質，參與夫妻在衝突議題之困擾程度亦可能較低於接受婚姻諮商之夫妻；加上工作坊有既定流程與時間限制，無法完全依照夫妻個別的狀況給予絕對充裕的時間來完成每一個細緻步驟；工作坊於「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法之前安排的課程活動，亦可能對夫妻之協調歷程帶來影響。因此，本研究結果不一定能適用於接受婚姻諮商處理婚姻衝突議題之夫妻，或於其他情境接受「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法協助之夫妻。

四、動態發展與變化的內在自我與夫妻關係協調歷程

本研究是在諮商實務進行過程中同時蒐集資料進行研究，有利於捕捉研究參

與夫妻在內在自我協調與夫妻關係協調中的動態發展變化歷程；協調歷程結束時，五對夫妻都出現了不同於協調前的內在自我狀態與夫妻關係狀態，但此經由三小時密集活動所產生之協調改變，其穩定性與持久性尚不得而知。此夫妻關係協調工作坊在四天課程結束時，以及工作坊結束六週後，皆分別進行 1.5 至 2 小時的結束訪談與追蹤訪談，但研究者並未分析結束訪談與追蹤訪談資料；若能進一步分析訪談資料中和「婚姻關係衝突之人我協調」相關之訊息，將對其自我改變與關係改變之穩定性與持久性的掌握有所助益。

第三節 建議

根據本研究之研究結果與限制，研究者針對夫妻關係衝突協調、夫妻關係衝突協調之諮商實務工作，及未來相關研究上提出以下幾點建議：

一、夫妻關係之衝突協調

(一) 就個人而言，可培養關係衝突中對自我、對配偶及對夫妻關係的覺察能力

個人在面臨到婚姻衝突，能夠多去培養自我覺察之能力，對內在自我不同面向之需求、內在自我衝突、及面對婚姻衝突的因應方式都有更多的瞭解；亦需培養對配偶之需求期待、對兩人關係互動的覺察能力，進而學習兼顧關係中個人與配偶之需求，朝關係促進的方向做自我調整，將有助於獲得較佳之衝突協調結果。

(二) 就夫妻而言，可共同學習並運用「夫妻關係衝突協調促成因素」來協助溝通協調

夫妻處在婚姻關係衝突協調當中，可藉由學習並運用本研究所歸納出之十一項夫妻關係衝突協調促成因素，協助雙方產生更有效之溝通與協調；特別是當中能夠帶動夫妻互動正向循環之「願意在關係中釋出善意／感受到配偶所釋出的善意」因素的運用，能夠幫助夫妻在善意的釋放與堆疊中，加強情感的連結與關係的親密，亦有助於較佳之衝突協調結果的形成。

(三) 適時尋求諮商專業之協助

夫妻間因彼此的差異而帶來婚姻衝突為難以避免之現象，衝突若能得到適切的處理，反而能讓婚姻關係在更相互瞭解的基礎上繼續前進；反之，若處理不當，因彼此的情感涉入深，所帶來的傷害與失落也會比一般關係來得更大，對個人身心造成更不利的影響。因此，當夫妻覺察到彼此間的衝突過大而難以處理，或是相同的衝突反覆出現卻不見改善，皆可適時尋求諮商專業之協助。透過專業諮商，夫妻能夠更清楚婚姻衝突之癥結，釐清雙方在婚姻關係中的需要與責任，學習處理關係衝突之技巧，並加強情感關係的連結與深化，此對夫妻關係之持續發展皆有相當助益。

二、夫妻關係衝突協調之諮商實務工作

(一) 諮商者可運用「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法協助夫妻處理婚姻衝突議題

本研究所探討之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，在設計上融入了陳秉華（陳秉華、林美珣、李素芬，2009；Chen, 2005）「人我關係協調諮商模式」中重要的工作任務，並運用楊國樞（2004）「華人自我四元論」中四個自我的概念，讓夫妻雙方透過個人我、關係我、家庭我、社會我（即他人取向自我）四個自我面向的探索與覺察、優先順位的排列，對彼此的內在自我狀態有更清晰的瞭解，並透過彼此的溝通表達及善意回饋，帶動兩人在衝突議題中的內在自我協調與夫妻關係協調，往衝突化解、關係促進的方向前進。

陳秉華之「人我關係協調諮商模式」（Chen, 2005）為其在多年之諮商實務與研究經驗的累積，並經過個人之文化省思，考量當前台灣華人社會之文化變遷，與當代華人可能面臨之社會適應困難所提出；而楊國樞之「華人自我四元論」，亦是其考量當前華人社會的時空變遷、依循華人之四大社會生活主要互動場域所建構出來；此諮商模式與理論概念皆相當適合運用在處理或思考當代華人夫妻所面臨之關係衝突困擾；而融合兩者之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，透過本研究之探討，亦支持其對用於華人夫妻之衝突協調具有相當成效，諮商實務工作者實可善加運用此方法步驟，配合不同之諮商介入方式做適度的彈性調整，協助華人夫妻處理關係衝突之議題。

(二) 諮商者可運用「夫妻關係衝突協調促成因素」來促進夫妻關係的協調與改善

除了直接運用「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法外，諮商實務工作者亦可參考本研究之「夫妻關係衝突協調促成因素」，在處理夫妻衝突議題中，協助夫妻產生更有效之溝通與協調，引導並催化夫妻有更多的情感表達與善意釋放，中止夫妻過去不佳或無效之互動循環，展開新的正向互動循環，促進夫妻關係之協調與改善。

(三) 處理華人夫妻衝突議題需考量社會文化脈絡為夫妻關係帶來之影響

從本研究資料顯示，當代華人夫妻關係之衝突來源仍受到相當程度之傳統華人文化影響，或來自夫妻間傳統性與現代性心理特徵的差距；因此，處理婚姻衝突的諮商實務工作者，文化因素的考量是相當重要的，不僅要對傳統華人家庭婚姻文化有所瞭解，亦要瞭解從傳統到現代，更多元的價值觀念對夫妻相處、夫妻關係帶來的考驗，若捨棄了文化的考量，對華人夫妻衝突困境的理解，勢必是有

限的。

三、夫妻關係衝突協調之未來相關研究

(一) 累積更多運用「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法進行夫妻衝突協調之研究資料

本研究所探討之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，為陳秉華將其「人我關係協調諮商模式」發展為一夫妻關係協調小團體諮商介入方案時，設計於其中的新技術之一；在此初次嘗試中，僅有五對研究參與夫妻之協調歷程資料作為研究分析之用，未來如能累積更多透過此諮商方法進行衝突協調之夫妻資料，一方面能夠對此諮商方法在協助華人夫妻處理衝突議題之適切性、本土契合性有更多的瞭解與支持，一方面也可對此諮商方法之實施程序、步驟、所需時間、指導語、催化員或諮商師之工作角色等有更細緻的安排設計，使其在運用上更具靈活彈性，而能更適切有效地處理華人夫妻所面對之婚姻衝突議題。

(二) 透過訪談與持續追蹤，瞭解「婚姻關係衝突之人我協調」諮商方法之助益性及關係協調的穩定性、持久性

本研究所探討之「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法，係安排於一夫妻關係協調工作坊中的一項夫妻小組活動，此工作坊雖在結束當天與結束六週後分別進行結束訪談與追蹤訪談，但訪談內容設計主要針對整體工作坊與各項活動對夫妻關係之助益進行瞭解，並未針對單一活動做更深入之探討，而研究者亦未分析此結束訪談與追蹤訪談資料。未來如進行相關研究，可透過訪談內容的設計，從進行協調之夫妻的觀點來瞭解「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法的幫助，包含整體活動設計與各流程步驟，皆可對此方法的修正和發展有實際的助益；亦可透過追蹤訪談瞭解夫妻協調結果之穩定性及持久性、以及夫妻是否從中學習到處理婚姻衝突的相關技巧，這些資料皆有助於「婚姻關係衝突之人我協調」諮商介入方法之效果評估。

(三) 擴大研究對象之來源與層面

本研究之五對參與夫妻，屬於平均年齡約 34 歲之年輕夫妻，婚齡介於 0.5 至 3.5 年間，且皆接受過大學以上之高等教育；其所呈現出之婚姻衝突議題、衝突協調歷程樣貌、傳統與現代文化之影響等，可能皆有此背景特性之夫妻所代表的特殊性；未來研究若能納入更多不同背景之華人夫妻，將能對夫妻關係衝突協調之現象與歷程特徵、文化影響，有更全面而清晰的瞭解。

參考文獻

一、中文部分：

- 王行（1997）。台灣地區已婚男性對夫妻性別角色觀念之研究。**東吳社會工作學報**，**3**，47-78。
- 王沂釗（2000）。**婚姻衝突的敘說性研究**。國立彰化師範大學輔導系博士論文，未出版，彰化市。
- 史特勞斯、寇炳（1997）。**質性研究概論**（徐宗國譯）。台北：巨流。（原著作出版年：1990年）
- 史特勞斯、寇炳（2001）。**質性研究入門：紮根理論研究方法**（吳芝儀、廖梅花譯）。台北：揚智。（原著作出版年：1998年）
- 任寅虎（1998）。**中國古代婚姻**。台北：商務。
- 伊慶春（1988）。中國女性的婚姻與職業。載於文崇一、蕭新煌（主編），**中國人：觀念與行為**（229-248頁）。台北：巨流。
- 成中英（1986）。**知識與價值：和諧、真理與正義的探索**。台北：聯經。
- 朱岑樓（1991）。**婚姻研究**。台北：東大出版。
- 何友暉、陳淑娟、趙志裕（1991）。關係取向：為中國社會心理方法論求答案。載於楊國樞、黃光國（主編），**中國人的心理與行為**（49-66頁）。台北：桂冠。
- 何滿子（1997）。**中國愛情與兩性關係—中國小說研究**。台北：台灣商務。
- 余德慧（1991）。中國社會的人際苦痛及其分析。載於楊中芳、高尚仁主編，**中國人·中國心—人格與社會篇**。台北，遠流。
- 吳嘉瑜（2004）。子代夫妻對偶代間關係經驗：「他」的矛盾？「她」的矛盾？**中華輔導學報**，**15**，123-149。
- 利翠珊（1995）。夫妻互動歷程之探討：以台北地區年輕夫妻為例的一項初探性研究。**本土心理學**，**4**，260-321。
- 利翠珊（1997）。婚姻中親密關係的形成與發展。**中華心理衛生學刊**，**10(4)**，101-128。
- 利翠珊（1999）。已婚女性家庭系統的交會：親情與角色的兩難。**中華心理衛生學刊**，**12(3)**，1-26。

- 利翠珊(2000)。婚姻親密情感的內涵與測量。**中華心理衛生學刊**，**12(4)**，29-51。
- 利翠珊(2005)。婚姻關係及其調適。載於楊國樞、黃光國、楊中芳(主編)，**華人本土心理學(上)**(331-364頁)。台北：遠流。
- 利翠珊(2006)。華人婚姻韌性的形成與變化：概念釐清與理論建構。**本土心理學研究**，**25**，101-137。
- 利翠珊、蕭英玲(2008)。華人婚姻品質的維繫：衝突與忍讓的中介效果。**本土心理學研究**，**29**，77-116。
- 李亦園(1988)。中國人的家庭與家的文化。載於文崇一、蕭新煌(主編)，**中國人：觀念與行為**(113-128頁)。台北：巨流。
- 李亦園(1996)。傳統中國價值觀與華人健康行為特性。載於曾文星(主編)，**華人的心理與治療**(29-52頁)。台北：桂冠。
- 李亦園(1998)。傳統中國宇宙觀與現代企業行為。載於喬健、潘乃谷(主編)，**中國人的觀念與行為**(27-58頁)。高雄：麗文文化。
- 李良哲(1996)。大台北地區已婚者婚姻衝突因應行為之年齡與性別差異研究。**教育與心理研究**，**19**，169-196。
- 李良哲(1997)。婚姻衝突因應行為歷程模式之驗證研究。**國立政治大學學報**，**74**，53-94。
- 李良哲(1999)。維繫婚姻關係重要因素的成人期差異研究。**教育與心理研究**，**22**，145-160。
- 李敏龍、楊國樞(2005)忍的心理與行為。載於楊國樞、黃光國、楊中芳(主編)，**華人本土心理學(下)**(599-630頁)。台北：遠流。
- 李樹青(1978)。**蛻變中的中國社會**。台北：九思。
- 周玉慧(2009)。夫妻間衝突因應策略類型及其影響。**中華心理學刊**，**51(1)**，81-100。
- 林亞寧(2002)。**新婚夫妻婚姻信念、衝突因應策略與婚姻調適之研究**。國立臺灣師範大學人類發展與家庭研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 林美珣(2007)。**諮商歷程中兩對兩性伴侶情感關係衝突協調之研究**。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 金耀基(1992)。**中國社會與文化**。香港：牛津大學出版社。
- 姜躍濱(1991)。**中國妻妾**。石家莊市：河北人民出版社。

- 洪雅真（2000）。夫妻性別角色、權利與衝突之研究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 洪雅琴（2006）。婚姻中的轉折：跨國婚姻中夫妻衝突因應過程之對偶分析。國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文，未出版，彰化市。
- 胡幼慧（1995）。三代同堂：迷思與陷阱。台北：巨流。
- 胡幼慧（1996）。質性研究：理論、方法及本土女性研究實例。台北：巨流。
- 孫隆基（1990）。中國文化的深層結構。台北：唐山。
- 徐玉青、卓紋君（2003）。訂婚情侶衝突與因應歷程之分析。諮商輔導文粹，8，61-90。
- 高旭繁、陸洛（2006）。夫妻傳統性／現代性的契合與婚姻適應之關連。本土心理學研究，25，47-100。
- 高敬文（1996）。質性研究方法論。台北：師大書苑。
- 張思嘉（2001）。婚姻早期的適應過程：新婚夫妻之質性研究。本土心理學，16，91-133。
- 張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）。新婚夫妻的婚姻適應：概念測量與模式檢驗。中華心理學刊，50(4)，425-446。
- 張德勝（1989）。儒家倫理與秩序情結：中國思想的社會學詮釋。台北：巨流。
- 梁淑娟（2004）。婚姻諮商改變歷程研究：案家夫妻之觀點。國立彰化師範大學輔導與諮商學系所博士論文，未出版，彰化市。
- 梁漱溟（1963）。中國文化要義。香港：集成。
- 許烺光（2002）。徹底個人主義的省思：心理人類學論文集（許木柱譯）。台北：南天。（原著作出版年：1983年）
- 陳向明（2002）。社會科學質的研究。台北：五南。
- 陳秉華（2001）。華人「人我關係協調」之諮商工作架構。測驗與輔導，167，3511-3515。
- 陳秉華（2003）。重建台灣/華人諮商倫理的文化思考。Asian Journal of Counseling (亞洲輔導學報)，10(1)，11-32。
- 陳秉華（2004）。諮商中的人我關係協調歷程初探—個案研究。發表於第七屆華人心理與行為科技學術研討會。中央研究院人文社會科學研究中心、佛光人文社會學院心理學系、台灣大學華人本土心理學研究追求卓越計畫、及台灣

- 大學心理學系共同主辦。2004.10.24。台北：中央研究院。
- 陳秉華（2006）。夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意之效果研究。行政院國家科學委員會專題研究成果報告（計劃編號：NSC95-2413-H-003-031）。
- 陳秉華、李素芬、林美珣（2008）。諮商中伴侶關係的自我協調歷程。**本土心理學研究**，**29**，117-182。
- 陳秉華、林美珣、李素芬（2009）。人我關係協調之伴侶諮商研究。**教育心理學報**，**40(3)**，463-488。
- 陳秉華、游淑瑜（2001）。台灣的家庭文化與家庭治療。**Asian Journal of Counseling**（**亞洲輔導學報**），**8(2)**，153-174。
- 陸洛（2003）。人我關係之界定—折衷自我的現身。**本土心理學研究**，**20**，139-207。
- 陸洛（2007）。個人取向與社會取向的自我觀：概念分析與實徵測量。**美中教育評論**，**4(2)**，1-23。
- 陸洛（2008）。從自我心理學的研究找回自我。載於楊國樞、陸洛（主編），**中國人的自我：心理學的分析**（1-9 頁）。台北：國立臺灣大學出版中心。
- 陸洛、楊國樞（2005）。社會取向與個人取向的自我實現觀：概念分析與實徵初探。**本土心理學研究**，**23**，3-70。
- 陶毅、明欣（1994）。**中國婚姻家庭制度史**。北京：東方出版社。
- 麥基卓、黃喚詳（2005）。**關係花園**（易之新譯）。台北：心靈工坊。（原著作出版年：1996 年）
- 麻國慶（2000）。漢族的家觀念與實際。**應用心理研究**，**5**，16-24。
- 曾文星（2004）。**夫妻關係**。香港：中文大學。
- 費孝通（1948）。**鄉土中國**。上海：觀察社。
- 馮友蘭（1991）。**中國哲學史新編**。台北：藍燈文化。
- 黃光國（1988a）。**中國人的權力遊戲**。台北：巨流。
- 黃光國（1988b）。**儒家思想與東亞現代化**。台北：巨流。
- 黃光國（1995）。**知識與行動：中華文化傳統的社會心理詮釋**。台北：心理出版社。
- 黃光國（2005a）。華人社會中的臉面觀。載於楊國樞、黃光國、楊中芳（主編），**華人本土心理學（上）**（365-406 頁）。台北：遠流。

- 黃光國 (2005b)。華人關係主義的理論建構。載於楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編)，**華人本土心理學 (上)** (215-248 頁)。台北：遠流。
- 黃光國 (2005c)。儒家關係主義：文化反思與典範重建。台北：臺大出版中心。
- 黃宗堅、葉光輝、謝雨生 (2004)。夫妻關係中權力與情感的運作模式：以衝突因應策略為例。**本土心理學研究**，**21**，3-48。
- 黃曬莉 (1996)。中國人的和諧觀／衝突觀：和諧化辯證觀之研究取經。**本土心理學研究**，**5**，47-71。
- 黃曬莉 (2002)。孰可忍？孰不可忍？載於葉啟政 (主編)，**從現代到本土** (111-136 頁)。台北：遠流。
- 黃曬莉 (2005)。人際和諧與人際衝突。載於楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編)，**華人本土心理學 (下)** (483-520 頁)。台北：遠流。
- 黃曬莉 (2006)。人際和諧與衝突—本土化的理論與研究。台北：揚智。
- 楊中芳 (1991a)。回顧港台「自我」研究：反省與展望。載於楊中芳、高尚仁 (主編)，**中國人·中國心—人格與社會篇** (15-92 頁)。台北：遠流。
- 楊中芳 (1991b)。試論中國人的「自己」：理論與研究方向。載於楊中芳、高尚仁 (主編)，**中國人·中國心—人格與社會篇** (93-146 頁)。台北：遠流。
- 楊中芳 (1994)。中國人真的是「集體主義」嗎？：試論中國文化的價值體系。載於楊國樞 (主編)，**中國人的價值觀—社會科學觀點** (321-434 頁)。台北：桂冠。
- 楊國樞 (1985)。現代社會的新孝道。載於中華文化復興運動推行委員會 (主編)，**現代生活態度研討會論文集**。台北：中華文化復興運動推行委員會。
- 楊國樞 (1988)。中國人與自然、他人、自我的關係。載於文崇一、蕭新煌 (主編)，**中國人：觀念與行為**。(9-23 頁) 台北：巨流。
- 楊國樞 (1993)。中國人的社會取向：社會互動的觀點。載於楊國樞、余安邦 (主編)，**中國人的心理與行為—理想及方法篇 (一九九二)** (87-142 頁)。台北：桂冠。
- 楊國樞 (1997)。父子軸家庭與夫妻軸家庭的運作特徵與歷程：夫妻關係。行政院國家科學委員會專題研究成果報告 (報告編號：NSC85-2417-H-002-028-G6)。
- 楊國樞 (2002a)。中國人的個人傳統性與現代性：概念與測量。載於楊國樞著，**華人心理的本土化研究** (329-376 頁)。台北：桂冠。

- 楊國樞 (2002b)。傳統價值觀與現代價值觀能否同時並存？載於楊國樞著，**華人民心理的本土化研究** (377-416 頁)。台北：桂冠。
- 楊國樞 (2004)。華人自我的理論分析與實徵研究：社會取向與個人取向的觀點。**本土心理學**，**22**,11-80。
- 楊國樞、葉光輝、黃曬莉 (1989)。孝道的社會態度與行為：理論與測量。**中央研究院民族學研究所集刊**，**65**，171-227。
- 楊國樞、葉明華 (2005)。家族主義與泛家族主義。載於楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編)，**華人本土心理學 (上)** (249-292 頁)。台北：遠流。
- 楊雅惠 (1995)。婚姻衝突現象與因應歷程之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 葉光輝 (1997)。台灣民眾之孝道觀念的變遷情形。載於張苙雲、呂玉瑕、王甫昌 (主編)，**九〇年代的台灣社會：社會變遷基本調查研究系列二 (下)** (171-214 頁)。台北：中研院社研所籌備處。
- 葉光輝 (2005)。孝道的心理與行為。載於楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編)，**華人本土心理學 (上)** (293-329 頁)。台北：遠流。
- 葉光輝、黃宗堅、邱雅沂 (2006)。現代華人的家庭文化特徵：以台灣北部地區若干家庭的探討為例。**本土心理學研究**，**25**，141-196。
- 葉光輝、楊國樞 (1988)。孝道的認知結構與發展：概念與衡鑑。**中央研究院民族學研究所集刊**，**65**，131-169。
- 葉明華、楊國樞 (1997)。中國人的家族主義：概念分析與實徵衡鑑。**中央研究院民族學研究所集刊**，**83**，169-225。
- 趙淑珠 (2003)。未婚單身女性生活經驗之研究：婚姻意義的反思。**教育心理學報**，**34(2)**，221-246。
- 趙淑珠、蔡素妙 (2002)。家庭的意義：大學生的家庭概念調查研究。**中華輔導學報**，**11**，167-189。
- 趙雅博 (1992)。中國文化與現代化 (上)。台北：黎明文化。
- 潘淑滿 (2003)。質性研究：理論與應用。台北：心理。
- 劉家和 (1999)。儒家孝道與家庭倫理的社會化。載於漢學研究中心 (主編)，**中國家庭及其倫理研討會論文集** (1-22 頁)。台北：漢學研究中心。
- 劉雪真 (1995)。筆記小說中狐妻故事的婚姻內涵與理想女性形象。**本土心理學研究**，**3**，339-377。

- 劉惠琴 (1999a)。女性主義觀點看夫妻衝突與影響歷程。《婦女與兩性學刊》，**10**，41-77。
- 劉惠琴 (1999b)。從辨證的歷程看夫妻衝突。《本土心理學研究》，**11**，153-202。
- 劉惠琴 (2003)。夫妻衝突調適歷程的測量。《中華心理衛生學刊》，**16(1)**，23-50。
- 劉錦賢 (2007)。儒家之婚姻觀。《興大中文學報》，**21**，1-38。
- 蔡仁厚 (1987)。《儒家思想的現代意義》。台北：文津。
- 蔡文輝 (1998)。《婚姻與家庭：家庭社會學》。台北：五南。
- 蔡勇美、伊慶春 (1997)。中國家庭價值觀的持續與改變：台灣的例子。載於張荳雲、呂玉瑕、王甫昌 (主編)，《九〇年代的台灣社會：社會變遷基本調查研究系列二 (下)》(124-169 頁)。台北：中研院社研所籌備處。
- 簡春安、鄒平儀 (1998)。《社會工作研究法》。台北：巨流。
- 謝文宜 (2006)。為什麼結婚：國內將婚伴侶婚姻承諾考量因素之探討。《中華輔導學報》，**20**，51-82。
- 謝繼昌 (1999)。中國家庭的文化與功能。載於漢學研究中心 (主編)，《中國家庭及其倫理研討會論文集》(69-84 頁)。台北：漢學研究中心。
- 邁爾斯、胡白曼 (2005)。《質性研究資料分析》(張芬芬譯)。台北：雙葉。(原著出版年：1994 年)
- 龔靖淳 (2006)。《新時代思潮在諮商上的運用~以一個高中案主之歷程分析為例》。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。

二、英文部分：

- Brown, N. M., & Amatea, E. S. (2000). *Love and intimate relationship: Journeys of heart*. Philadelphia, PA: Brunner/Mazel.
- Buunk, B. P., Schaap, C., & Prevoo, N. (2001). Conflict resolution styles attributed to self and partner in premarital relationships. *The Journal of Social Psychology, 130*(6), 821-823.
- Chen, P. H. (2001). *A Chinese perspective of self and the implication to mental health*. Paper presented at 2001 North American Society of Psychotherapy Research Conference, Puerto Vallarta, Mexico.
- Chen, P. H. (2004). *The Self-Other Coordination theory for counseling Chinese clients*. Paper presented at the 28th International Congress of Psychology, at Beijing, China.
- Chen, P. H. (2005). *A counseling model for self-relation coordination for clients with interpersonal problems in Chinese community*. Paper presented at the Annual Conference of the American Psychological Association, Washington, D.C., U. S. A.
- Chen, P. H. (in press). A Counseling Model for Self-Relation Coordination for Chinese Clients with Interpersonal Conflicts. *The Counseling Psychologist*.
- Clark, M. S., & Reis, H. T. (1988). Interpersonal processes in close relationships. *Annual Review of Psychology, 39*, 609-672.
- Cohan, C. L., & Bradbury, T. N. (1997). Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(1), 114-128.
- Geist, R. L., & Gilbert, D. G. (1996). Correlates of expressed and felt emotion during marital conflict: Satisfaction, personality, process, and outcome. *Personality and Individual Differences, 21*, 49-60.
- Goodman, N. (1993). *Marriage and the family*. New York: HarperCollins.
- Gottman, J. M. (1993). The Roles of Conflict Engagement, Escalation, and Avoidance in Marital Interaction: A Longitudinal View of Five Types of Couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*(1), 6-15.
- Gottman, J. M. (1999). *The Marriage Clinic*. New York: Norton.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A

- longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 47-52.
- Hazelrigg, M. D., Cooper, H. M., & Borduin, C. M. (1987). Evaluating the effectiveness of family therapies: an integrative review and analysis. *Psychological Bulletin*, 101, 428-442.
- Heppner, P. P., & Heppner, M. J. (2004). *Writing and publishing your thesis, dissertation, and research. : A Guide for Students in the Helping Professions*. CA: Brooks/Cole.
- Ho, D. Y. F. (1993). Relational orientation in Asian social psychology. In U. Kim & J. W. Berry (Eds.), *Indigenous psychologies: Research and experience in cultural context* (pp. 240-259). Newbury Park, CA: Sage.
- Ho, D. Y. F. (1995). Selfhood and identity in Confucianism, Taoism, Buddhism, and Hinduism: Constructs with the West. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 25, 115-139.
- Ho, D. Y. F. (1998). Interpersonal relationships and relationship dominance: An analysis based on methodological relationalism. *Asian Journal of Social Psychology*, 1, 1-16.
- Hopper, D., & Dryden, W. (1991). *Couple therapy : a handbook*. Milton Keynes ; Philadelphia : Open University Press.
- Hsu, F. L. K. (1953). *Americans and Chinese: Two ways of life*. New York: H. Schuman.
- Hsu, F. L. K. (1963). *Clan, caste, and club*. Princeton, N.J.: Van Nostrand.
- Hsu, F. L. K. (1965). The effect of dominant kinship relationships on kin and non-kin behavior: A hypothesis. *American Anthropologist*, 67, 638-661.
- Hsu, F. L. K. (1971a). A hypothesis on kinship and culture. In F. L. K. Hsu (ed.), *Kinship and culture*. Chicago: Aldine.
- Hsu, F. L. K. (1971b). *Under the ancestors' shadow; kinship, personality, and social mobility in China*. Stanford, Calif.: Stanford University Press.
- Hsu, F. L. K. (1985). The self in cross-cultural perspective. In A. J. Marsella, G. Devos & F. L. K. Hsu (Eds.), *Culture and Self: Asian and Western Perspective*. (pp. 24-55). New York: Tavistock.
- Hwang, K. K. (1987). Face and Favor: The Chinese power game. *American Journal of Sociology*, 92(4), 944-974 ◦

- Hwang, K. K. (1999). Filial piety and loyalty: Two types of social identification in Confucianism. *Asian Journal of Social Psychology*, 2, 163-183.
- Hwang, K. K. (2000). Chinese Relationalism: Theoretical Construction and Methodological Considerations. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 30(2), 155-178.
- Kurdek, L.A. (1995). Predicting changes in marital satisfaction from husbands' and wives' conflict resolution styles. *Journal of Marriage and the Family*, 57(1), 153-164.
- Lewis, R. A. (1990). The adult child and older parents. In T. H. Brubaker (Ed.), *Family relationships in later life* (2nd Ed.). Newburg Park, CA: Sage.
- Lincoln, Y. S. & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, Calif. : Sage Publications.
- Lu, L., & Yang, K. K. (2006). Emergence and composition of the traditional-modern bicultural self of people in contemporary Taiwanese societies. *Asian Journal of Social Psychology*, 9, 167-175.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotions, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Morrow, S. L. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 250-260.
- Neuman, W. L. (2003). *Social research methods : qualitative and quantitative approaches*. Boston: Allyn and Bacon.
- Patton, M.Q. (1990). *Qualitative Evaluation and Research Method*. London : Sage Publications.
- Peterson, D. R. (1983). Conflict. In H. H. Kelley, E. Berscheid, A. Christensen, J. H. Harvey, T. L. Huston, G. Levinger, E. McClintock, L. A. Peplau, & D. R. Peterson (Eds.), *Close relationships* (pp. 360-396). New York: W. H. Freeman.
- Raush, H. L., Barry, W. A., Hertel, R. K., & Swain, M. A. (1974). *Communication, conflict and marriage*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Ridley, C. A., Wilhelm, M. S., & Suzra, C. A. (2001). Married couples' conflict responses and marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(4), 517-534.
- Rosenblatt, P. C., & Riels, S. J. (2009). No compromise: Couples dealing with issues

for which they do not see a compromise. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 196-208.

VandenBos, G. R. (Ed.). (2007). *APA Dictionary of Psychology*. Washington DC: American Psychological Association.

Wang, L., & Heppner, P. P. (2002). Assessing the impact of parental expectations and psychological distress on Taiwanese college students. *The Counseling Psychologist*, 30, 482-608.

Yang, C. F. (1988). Familism and development: An examination of the role of family in contemporary China, Hong Kong and Taiwan. In D. Sinha & H. S. R. Kao (Ed.), *Social values and development: Asian perspectives*. New Delhi: Sage.

Yang, K. S. (1981). Social orientation and individual modernity among Chinese students in Taiwan. *Journal of Social Psychology*, 113, 159-170.

Yang, K. S. (1995). Chinese social orientation : An integrative analysis. In T. Y. Lin, W. S. Tseng, & Y. K. Yeh (Eds.), *Chinese society and mental health*. (pp.19-39). Hong Kong: Oxford University Press.

Yeh, K. H., & Bedford, O. (2003). A test of the dual filial piety Model. *Asian Journal of Social Psychology*, 6, 215-228.

Young, M. E., & Long, L. L. (1998). *Counseling and therapy for couples*. Pacific Grove, Calif.: Brooks/Cole.

研究同意書

本人_____范嵐欣_____於國立台灣師範大學心輔所就讀期間，參與陳秉華教授所主持之「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」，經由陳秉華教授授權同意，將此研究案中，五對夫妻於「婚姻關係衝突之人我協調」活動歷程資料，作為本人碩士論文研究與資料分析之用。

本人將謹遵守研究倫理，妥善運用與保存所獲得之資料，包括活動錄影檔及活動歷程逐字稿，並遵守保密原則，保護五對夫妻之隱私與權益。本人於碩士論文撰寫完成後，將一併歸還所有從陳秉華教授「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」而來之資料，不另作備份，也不挪作其他用途，除論文內文外，僅留存個人之研究資料分析稿與研究札記。

將來本人之論文內容若要改寫與投稿於學術期刊上，也將徵得陳秉華教授同意，並尊重其對於修改與投稿之意見。

「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」計畫主持人：

_____ (簽名)

研究者（立書人）：

_____ (簽名)

中華民國_____年_____月_____日

附錄二

研究參與同意書（一式兩份）

本人已被充分告知及瞭解並且同意下述關於本研究及工作坊之各項說明：

一、研究參與者之權益與義務

1. 研究參與者（夫妻雙方）可免費接受四天之夫妻關係協調工作坊（僅收取保證金 1000 元/每對，若全程參與保證金將全數退回，未全程參與者不予退費，其保證金作為工作坊茶水費）。
2. 研究參與者（夫妻雙方）願意全程參與四天的工作坊，也能配合研究之錄音、錄影、施測與訪談的要求，同時研究者會嚴守保密倫理，不會洩露任何個人資料。

二、研究資料之保管與運用

1. 研究參與者同意在遵循研究之保密原則、及保護其個人身分與隱私的條件下，允許研究者引用其工作坊及訪談資料於研究過程中，並且作為未來撰寫論文及在學術期刊上投稿之用。
2. 錄音錄影帶資料由研究者擁有與保管，並在研究全部結束後負責銷毀。
3. 若研究者對研究資料有非研究之用途，研究者會與研究參與者商量，徵求同意。

三、特殊狀況

1. 研究參與者如有特殊狀況，需要中途停止參與本研究，須與研究者聯繫，進行一次結束會談。
2. 若於工作坊過程中，發生特殊狀況（危機事件發生、暴力問題、精神疾病等），經研究參與者同意，研究者將會予以轉介，並且終止研究及工作坊之參與。

研究參與者： _____（簽名）

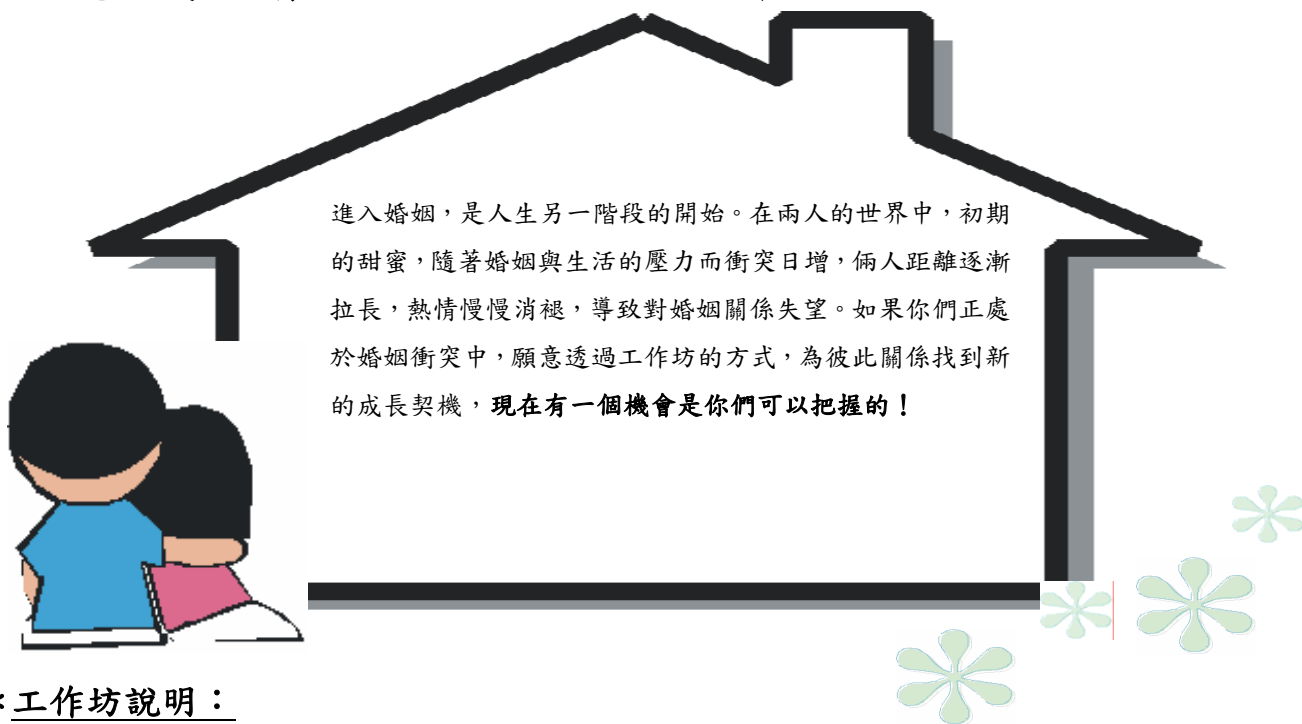
_____（簽名）

研究者： _____（簽名）

_____（簽名）

中華民國_____年_____月_____日

夫妻關係協調工作坊



進入婚姻，是人生另一階段的開始。在兩人的世界中，初期的甜蜜，隨著婚姻與生活的壓力而衝突日增，兩人距離逐漸拉長，熱情慢慢消褪，導致對婚姻關係失望。如果你們正處於婚姻衝突中，願意透過工作坊的方式，為彼此關係找到新的成長契機，現在有一個機會是你們可以把握的！

* 工作坊說明：

這是一個合併工作坊與研究的專案計劃，工作坊內容包括：(1) 認識自我特徵對關係的影響；(2) 認識關係協調的內涵與要素；(3) 認識自己的衝突因應方式及其對婚姻關係的影響；(4) 協助夫妻共同發展多元的衝突協調模式，以促進婚姻關係。主持人與工作坊帶領者為陳秉華教授（台灣師大心輔系教授、諮商心理師）與蕭淑惠助理教授（台灣師大心輔系助理教授、美國專業諮商師）。

* 招募對象：

已婚夫妻，婚齡不超過 5 年，目前尚未有小孩，正處於有衝突的婚姻關係（例如溝通困難、意見不合，但目前生活中沒有重大危機事件），希望透過此工作坊改善婚姻關係，且雙方都能全程參與，並願意配合研究資料蒐集，例如填寫量表、工作坊進行時錄音、錄影及結束後訪談等（研究資料會根據研究倫理保密處理）。

* 工作坊與研究實施流程：

1. 經初次會談，評估為合適者，即可參加。
2. 工作坊為兩個週末共四天，第一梯次時間為 96 年 1 月 13 日、14 日、27 日、28 日，第二梯次時間為 96 年 3 月 10 日、11 日、24 日、25 日，由研究者安排報名者參加其中一梯次。
3. 經確認為工作坊成員後，收取保證金 1000 元/每對，若全程參與保證金將全

數退回。

4. 工作坊地點：國立台灣師範大學教育大樓六樓心輔系（臺北市和平東路一段149號）。

***報名方式與日期：**

1. 報名期間：即日起自95年11月15日，額滿為止。
2. 報名方式：填妥報名表之後，email至：chenph606@yahoo.com.tw，或傳真至（xx）xxxx-xxxx。若需進一步瞭解，請撥打xxxx-xxx-xxx洽詢。

附錄四

逐字稿謄寫須知同意書

親愛的朋友：

謝謝您協助本研究錄音檔的謄寫工作，謄稿是一件審慎的工作，且基於保護當事人的隱私，有許多請您配合的重要事項，請您詳閱並確實遵守：

- 一、遵守保密原則，勿與他人談論錄音內容；聆聽錄音檔時請帶耳機，不可讓他人聽到，錄音檔及逐字稿請妥善保管，勿遺失或讓他人取得。
- 二、錄音檔內容請仔細地逐字謄寫，不要省略任何字。包括語助詞（如嗯哼、啊、這樣子...），請以最接近的拼音或同音字表示。
- 三、當錄音檔中有笑聲或哭泣聲時，請以（）註明，若談話中有特殊的語調或速度（如突然變得急促、插話、憤怒、變快變慢...）也請註明。
- 四、諮商師或當事人沈默時，請以「.....」記錄，沈默超過5秒者，請註明時間長度，如「.....（6秒）」。
- 五、對話編號：

（一）夫妻小組：

第一碼為對象別，（I 表示催化員，A-G 表示夫妻別），第二碼為夫妻之性別，及催化員別（H 為先生，W 為太太；A-G 為催化員別），第三碼之後為句號（001-999 等表句號），例如 AH001 代表 A 對夫妻中的先生的第一句話；IF001 表示第 F 個催化員的第一句話。

※另於編號前各加一個代號：I：量表結果分享 R：角色扮演 S：四個自我

（二）大團體：

第一碼為對象別，（I 表示催化員，A-G 表示夫妻別），第二碼為夫妻之性別，及催化員別（H 為先生，W 為太太；A-G 為催化員別），第三碼之後為句號（001-999 等表句號），例如 AH001 代表 A 對夫妻中的先生的第一句話；IB001 表示第 B 個催化員的第一句話。

- 六、逐字稿的品質也會影響研究工作，請恕研究者催稿及檢核品質，完稿時連同錄音檔、逐字稿文字檔一併交回。

若您願意參與本研究之逐字稿謄寫工作，也願意遵守保密以及謄稿的注意事項，請簽名：

謄稿人.....

研究者.....

日期.....

再次謝謝您，若有任何問題，請與研究者聯絡確認。 敬祝 如意

研究者 陳秉華 蕭淑惠 於台灣教育心理與輔導系

附錄五

研究參與者檢核回饋表

_____：您們好！

再次感謝您們兩年多前參與陳秉華教授所主持之「夫妻關係協調諮商小團體對婚姻滿意度之效果研究」及工作坊。我是師大心輔所碩士班研究生范嵐欣，為陳秉華教授所指導之碩士班研究生，在工作坊當時我負責錄影的工作，經陳教授同意採用您們參與「夫妻關係協調工作坊」中之「婚姻關係衝突之人我協調」活動資料，做為本人碩士論文研究主題，現資料分析與初步結果之撰寫已完成，懇請您們協助就本研究結果當中，分別與您們兩位有關之分析結果進行確認，若有不符合您們當時的狀況，請您們於底下意見欄上提出修正之意見（欄位可延伸，不侷限於此頁）。

(一) 這份資料與您當時真實經驗符合的程度是_____%(夫); _____%(妻)
(可參考提供的工作坊活動錄影光碟內容)

(二) 修正意見欄：請您們在所附的分析結果中，將需要修改之處劃上底線，在修正意見欄中註明原來檔案頁次，並寫下您寶貴的修正意見。舉例如下：

修正意見一：第○頁畫底線之處

我的修正是：

修正意見二：第○頁畫底線之處

我的修正是：

先生的修正意見欄：

--

太太的修正意見欄：

--

非常感謝您們的參與及協助！請您們填寫完畢之後將此檢核表，連同研究結果與光碟一併寄還給我，以利進一步的研究結果修正。

台灣師大心輔所碩士班研究生

范嵐欣 敬上