

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系
教育心理學報，民 97，40 卷，1 期，153-178 頁

大學生的共依附特質、自我感受與愛情關係 品質之相關研究

陳 詩 潔

長庚技術學院
學生諮商中心

吳 麗 娟

國立台灣師範大學
教育心理與輔導學系

本研究旨在探討大學生的共依附特質、自我感受與愛情關係品質之關係，以台北縣市公私立大學、獨立學院大一到大四男女（男 437 人、女 570 人）大學生共 1007 人為研究對象，採用「共依附量表」、「自我感受量表」和「愛情關係品質量表」為研究工具蒐集資料，並以 t 考驗及典型相關統計方法進行資料分析。本研究發現：1. 共依附特質有性別的差異，且男大學生的共依附特質的得分顯著高於女大學生。2. 大學生越具共依附傾向時，其羞恥、罪惡感越強，自豪感越弱。3. 大學生越具有共依附傾向時，其在愛情關係中所面臨的衝突與矛盾也越多，親密程度越低，對關係也越不滿意。本研究有兩項附帶發現：一為我國文化「重公不重私」的傾向，呈現個體「為公」的自豪感，及「為私」的羞恥感；另一是知覺愛情關係品質較正向的大學生，表現出較照顧他人與善於自我表露；知覺愛情關係品質較正向且衝突矛盾較少的大學生，常顯現較能順應他人，自覺原生家庭問題較少。

關鍵詞：大學生、共依附、自我感受、愛情關係品質

共依附的概念源起 1940 年代酗酒的治疗領域，諮商人員發現酗酒者戒酒之後，家屬依然受困於情緒之中，似乎希望酒癮者繼續沉迷於酒精之中，並依賴他們，藉由照顧酗酒者的同時也滿足自己的需求，當時稱之為「共酒癮 (co-alcoholism)」(新路編譯小組譯，民 87；邱紫穎譯，民 85)，直至 1979 年「共依附 (co-dependence)」這個名詞才正式出現。

此後，許多學者紛紛提出共依附的概念，Wegscheider-Cruse (1985) 指出共依附是一種狀態，會全神貫注、極度依賴某人或某物，終至變成病態的情況，影響共依附者所有的人際關係，同時也出現低自我價值、關係問題與內科問題等議題。Hemfelt, Minirth & Meier (1998) 認為共依附是對人、對行為、對事物的沉溺，其希望藉由控制外在的人、事、物，來控制內在的情感。在人與人之間，共依附者會因太受另一個人牽絆，以至自我、個人認同嚴重的受到箝制。共依附者常見的特徵是一種以上的強迫行為驅使、常有原生家庭問題、自我評價低、認為自己的快樂取決於他人、對他人有過度的責任感、否認與壓抑、生活於極端之間、不斷找尋生命中欠缺或失去的事物 (新路編譯小組譯，民 87)。O'Brient 和 Gaborit (1992) 認為共依附會呈現人際關係及自主性的問題，主要內涵是

承擔照顧者責任、他人取向、放棄自我、錯誤的溝通技巧與缺乏自主性。Hands 和 Dear (1994) 則表示共依附的概念包括：控制自己及他人、忽視自我，承擔滿足他人需求的責任、自我界限扭曲，造成與他人分離及建立親密關係之問題、常陷入關係中。Hughes-Hammer, Martsof 和 Zeller (1998) 更綜合數位研究者的概念後，提出共依附模式，其認為共依附者具有控制及自我界限的問題，會藉由操控及給予建議的方式，強迫自己幫助他人或控制事情的發生，常伴隨原生家庭問題，低自我價值感、隱藏自我，並產生內科問題。綜上可知，共依附者具有以他人為焦點而忽視自我、低自我價值、隱藏自我情緒等特徵，而這些都影響其對自我的感受，以及與他人的親密關係。

一、共依附特質在性別上的差異

共依附特質在性別上的差異，目前尚未定論。雖然文獻指出，傳統中女性被期待擔負起照顧者與養育者的角色，經常需要自我犧牲與妥協 (Hands & Dear, 1994)，而 Hands 和 Dear (1994) 亦提出，現存的社會結構，促使女性自我犧牲並發展照顧者的角色，反倒使男性遠離了自我犧牲。女性特質中的依賴、被動、善體人意，似乎是為了要配合他人而形成，也由於女性特質與共依附特質的相似性，女性常被標籤為具有共依附特質的高危險群，但也有其他學者認為，社會將女性形塑為照顧者、重視關係、滿足他人的角色，使得共依附特質成爲一種打壓女性，強化男性的表現 (Anderson, 1994; Dear & Roberts, 2002; 林筱婷, 民 94)。Martsof、Sedlak & Doheny (2000) 以年長女性爲研究對象，探討共依附特質與傳統女性角色的相關，其研究結果顯示有 99% 的女性受試者在共依附量表得分偏低，其指出將傳統女性特質與共依附特質相連結，是將女性特質病態化。雖 Dear 與 Roberts (2002) 研究顯示共依附特質與女性特質成正相關，與男性特質呈負相關，但 Martsof、Hughes-Hammer、Estok 和 Zeller (1999) 研究結果卻呈現出男性共依附特質高於女性。目前台灣關於共依附特質的研究出現三種不同的結果，一爲性別在共依附特質上並無顯著差異 (吳秋月, 民 88; 楊晴惠, 民 89; 簡麗純, 民 90); 另一爲男性共依附特質高於女性 (林淑芳, 民 90; 蔡淑鈴, 民 91; 邱慕美, 民 91; 蔡淑霞, 民 92; 吳昭儀, 民 93; 林筱婷, 民 94); 而陳秀菁 (民 91) 研究則顯示大學女生共依附特質高於男生。這些研究結果顯示，在台灣似乎男性共依附特質高於女性者偏多。或許將共依附賦予女性是病態化女性的標籤，也或許不同的文化脈絡會影響共依附特質在不同性別上的展現，隨著實證研究增加，共依附特質在性別上的差異似乎尚無定論仍待探討，研究者將以此爲研究探討的重點之一。

二、共依附特質與自我感受

羞恥感與罪惡感是個人內在的一種經驗，是其面對違犯或錯誤時，對自我的評價與批評，兩者皆會指引我們的行爲，影響我們對自己的觀感，並與自我及他人關係相連結。羞恥感伴隨著畏縮、無價值與無力的感覺，常會導致逃離或隱藏的慾望；罪惡感則不會影響自我認同的核心，伴隨的是緊張、痛悔與做壞事的失望，常會反覆想到不當的行爲，並期望可以彌補這個行爲結果 (Tangney, Wagner, & Gramzow, 1992; Tangney, 1995; Tangney, & Dearing, 2002)。許多研究共依附的學者提出共依附特質者常與害怕、否認、羞恥感和罪惡感等傾向相連結 (Potter-Efron & Potter-Efron, 1989; 新路編譯小組譯, 民 87; 邱紫穎譯, 民 85)。Whitfield 認爲共依附特質者內化的羞恥感 (internalized shame) 促使「假我」(false self) 發展，而假我是一種他人取向 (other-oriented)、過度迎合 (overconforming) 且植基於羞恥 (shame-based)。這種羞恥是對「真我」(true self) 存有缺陷或無能的感受，覺得自己是不足與沒有希望的 (Wells, Glickauf-Hughes, & Jones, 1999)。Bradshaw (1988) 也指出人類的情緒是可內化的，而共依附特質者內化了羞恥，否定真實自我 (true self)，甚至「失去自我」(loss of

selfhood)，令其缺乏內在生命（inner life），並將快樂、好感與自我認可等都摒除在外。另有學者（Potter-Efron & Potter—Efron, 1989; Hogg & Frank, 1992; 程玲玲，民 89）認為在原生家庭的成長過程中所引發的羞恥感，將個體導向共依附特質傾向。由上可知，有學者提出羞恥感是共依附的本質；也有學者認為共依附者導致羞恥感；另則有學者指稱羞恥感導致共依附的產生。然而，研究者認為共依附是由數種特徵組成的人格特質，在這些形於外的特徵背後，其本質則是內化的羞恥感。羞恥與罪惡是相似且緊密相關的（Mascolo & Fischer, 1995），在共依附特質的相關文獻中，呈現出共依附特質與羞恥感和罪惡感的關聯，但在研究者所閱讀的相關研究中，共依附特質與自尊的相關研究頗多，共依附特質與羞恥感、罪惡感的研究篇幅卻遠不及前者，而國內的相關研究中亦未有此議題的探索。若如文獻所言，共依附特質與羞恥感的關係密切，在探討共依附特質時，這個議題是不容忽視的，同時此也是研究者擬研究的方向之一。

三、共依附特質與愛情關係

共依附特質常見的是「關係」的問題。共依附特質者常無法割捨關係，認為失去對方就無法生存，常會藉由黏著的關係獲得安全感，且無法維持與重要他人的界限，將自己價值建立在他人肯定上，嘗試以各種方式控制身邊的人事物以及壓抑自己真實的感覺（吳麗娟，民 86a、民 86b；新苗編譯小組譯，民 89a；邱紫穎譯，民 85；Dear & Roberts, 2002）。Roberts 指出關係中三種不同的型態：在我-你（I-Thou）的關係中，會相互賦予對方權力與地位，共享彼此的關係世界，無需為了符合期待而隱藏自我，是一種平等互惠的關係；而我-他（I-Them）的關係中則由權力大的一方立下關係世界的規則，雙方皆需壓抑自己扮演期待中的角色；至於我-它（I-It）關係則是一個舊有的傳統關係，投入關係中只為獲得另一方相同的回報（Davis & Roberts, 1985）。但真正有品質的關係是我-你的關係，是平等、尊重、信任與共享的，也只要這樣的關係，才會令人感到滿意。而共依附特質者常將生活重心放在他人身上，由他人的肯定證明自己的價值，否認自己的感受，人際界限劃分不清，恐懼親密，害怕與人有親密的關係，但又怕被人拋棄，想盡辦法維持，甚至控制此不健康的關係。然而，這樣的傾向將影響共依附特質者親密關係的建立。

共依附特質者對於親密關係的發展與維持有困難（Wegscheider-Cruse, 1985; Hands & Dear, 1994; Cullen & Carr, 1999）。Levitz-Jones 和 Orlofsky（1985）提出在親密關係中較適應的一端是成熟、平等，是兩個有安全感與自信的獨立成人所建立的關係；另一端則為不成熟與共生，常常基於童年的發展未滿足，而阻礙個體成為具安全感與自主的成人，並期望藉此關係以補償其未滿足處，但在關係中常有獨立與依賴的矛盾，親近與疏遠的衝突，限制其愛的能力。共依附特質者因自我界限扭曲，難以和人維持健康的關係，維繫親密關係的能力受損，導致發展與建立關係的難題（新苗編譯小組譯，民 89a；Hogg & Frank, 1992; Cowan & Warren, 1994）。愛情是親密關係中的一種類型，而共依附特質者難以發展與維持親密的人際關係型態，將會影響個體對愛情的態度及其對於愛情關係品質的評定。簡麗純（民 90）研究顯示，共依附程度在親密朋友/同居人的相處較於配偶間明顯。目前台灣已有吳昭儀（民 93）探討共依附與愛情態度及林筱婷（民 94）研究共依附和愛情中的人際行為外，未見其他相關研究，顯示這方面資料仍可再充實。這也成為研究者在探討共依附特質的研究方向之一。

根據 Erikson 的心理社會發展階段理論，大學生屬為成年前期，其關鍵問題為同性與異性間情感交流的需求是否獲得滿足，滿足則容易產生親密感，反之，則會產生疏離感（林宜旻，民 84）。呂政達（民 76）曾說道：「愛情，是大學校園裡唯一不分科系的必修學分。在同學間，有沒有異性朋友也是相互評估的一項價值標準」。在林顯宗調查結果中顯示有 49% 的大學生認為大學時期應有轟轟烈烈的戀愛經驗，但也有 32% 的大學生自覺不易與異性相處。可見，愛情關係實為大學生重要的課題之一（楊茜如，民 89）。

共依附特質至今仍未有被普遍定義與接受的意義與內涵，研究者認為共依附乃為個人長久形成的人格特質，其主要的核心特徵為以他人為焦點/自我忽視，其原生家庭中常存在控制與界限的議題，伴隨著低自我價值、隱藏自我的特徵，並常有不同程度的內科問題。因此指稱共依附特質為一種疾病型態並不適當，但共依附特質的確有礙個體身心的健康發展，不僅是對自我的負向感受，也難以建立與維繫健康的人際關係。而研究者在實際接案經驗中也發現，當事人常因本身所具有的某種程度共依附特質，除對自我存有負向感受也影響其人際與兩性關係的建立與適應。因此希望藉由本研究進一步了解大學生共依附特質的現況，並探討共依附特質、自我感受與愛情關係品質的相關。

根據上述研究動機，歸納本研究的研究目的如下：

- (一) 瞭解不同性別大學生的共依附特質的差異情形。
- (二) 探討大學生共依附特質與自我感受之間的關係。
- (三) 探討大學生共依附特質與愛情關係品質之間的關係。
- (四) 根據研究結果提出建議，以作為未來研究與輔導工作的實務參考。

方 法

一、研究程序

(一) 準備階段

研究者確定主題後，開始蒐集與閱讀相關文獻，以確立本研究的理論基礎、研究架構與研究工具。

(二) 研究工具的準備

本研究採問卷調查法蒐集資料，與國外學者聯繫並取得同意後，著手修訂 Marschall、Sanftner 和 Tangney (1994) 所編製的「羞恥與罪惡狀態量表」(State Shame and Guilt Scale, SSGS) 與 Davies 和 Latty-Mann (1987) 所編製的「關係評價量表」(Relationship Rating Form, RRF)。以北部四所大學，進行量表預試工作表，共回收 293 份有效問卷，預試結果顯示此兩份量表具有良好的信效度。同時亦取得楊晴惠(民 89) 授權使用其編製的「中文共依附量表」，而組成本研究的正式量表。

(三) 正式施測

研究者取得台北縣市七所學校同意後，確定施測時間、班群，由研究者或明瞭施測步驟之老師協助施測，施測時間約 30 分鐘。實施時以班群為單位，進行團體施測。若委託各校老師代為施測，則附上施測說明。

(四) 資料整理階段

將所得資料作統計整理，首先將原始資料輸入電腦，並以套裝軟體 SPSS for windows 10.0 進行各項資料分析。

二、研究對象

本研究採叢集抽樣的方式，以班群為單位，抽取 7 所台北縣市公私立大學、獨立學院一到四年級的學生為研究對象進行施測。剔除作答不完全與有明顯反應心向之量表，得有效樣本男生 437 人，女生 570 人，共 1007 人。然而，為確實了解大學生於愛情關係品質之感受，故在分析共依附特質與愛情關係品質之典型相關時，僅取目前有戀愛對象和曾有戀愛經驗目前無對象者，共 678 名樣本進行考驗。同時，為避免因樣本差異所造成的統計偏差，在分析共依附特質與自我感受之典型相關時，亦僅以此 678 名大學生為樣本。惟考驗共依附特質與性別之差異時，以全體 1007 名有效樣本進行分

析。

二、研究工具

(一) 共依附量表 (施測時稱「生活評估量表」)

本研究採用楊晴惠 (民 89) 所編製的「中文共依附量表」以測量大學生的共依附特質程度。此量表係楊晴惠 (民 89) 由其田野研究之內容分析並參考國內外文獻與國外五份測量共依附特質的量表 (FCA、CAQ、SFCDS、CDQ、CODAT) 以 Hughes-Hammer, Martzolf 和 Zeller (1998) 發展的共依附模式為主體, 編製而成。包含五個分量表, 說明如下:

1. 他人焦點/自我忽視 (other focus/self neglect): 藉由操控及給予建議的方式, 強迫自己去幫助他人或控制事件的發生, 而忽視個人的需求。

2. 低自我價值 (low self worth): 指對自我的貶抑、羞辱、批判、責備和否定。但研究者細看這個分量表修訂後的每個題項內容後發現, 楊晴惠修訂後的分量表其所測的內涵不僅有「低自我價值」的概念, 同時也包含了「低自我肯定」的意涵, 故本研究改以「低自我價值/低自我肯定」作為此分量表名稱。

3. 內科問題 (medical problems): 認為自己的健康比他人差, 過度擔心身體快速衰敗的問題。

4. 隱藏自我 (hiding self): 使用正向情感的表達方式, 以隱藏自己的負向情緒, 並壓抑個人真實的想法與感受。

5. 原生家庭問題 (family of origin issues): 在成長過程中, 家庭出現一些不快樂的事, 又無法公開的表達想法與感受時, 亦產生原生家庭之問題。

信度方面: 其內在一致性 Cronback α 為 .90; 各分量表分數則介於 .78~.85。間隔兩週的再測信度介於 .732 至 1.000 之間。效度方面: 採專家效度與因素分析, 五個因素即可解釋 81.61% 的最大變異量, 因素負荷量皆在 .576 至 .876。吳昭儀 (民 92) 針對大學生進行信度分析, 求得全量表的內部一致性為 .8997, 分量表則介於 .6789 至 .8217, 顯示本量表亦適用於大學生樣本。

(二) 自我感受量表

本研究所使用的自我感受量表係研究者自行修訂, 量表內涵以 Marschall、Sanftner 和 Tangney (2002) 所編製的羞恥與罪惡狀態量表 (State Shame and Guilt Scale, SSGS) 為主體, 並參考 TOSCA-3 (Tangney, Dearing, Wagner & Gramerow, 2000) 修訂而成, 以測量大學生對自我的感受。

本量表內含自豪 7 題、罪惡 8 題、羞恥 6 題等三個分量表, 共 21 題, 採李克特五點量表, 由「完全不符合」給予一分至「完全符合」得五分, 各分量表越高者表示該感受越強烈。其內容如下:

1. 自豪 (pride): 對內在自我或行為感到滿意與自得。

2. 罪惡 (guilt): 對自己的行為責任, 對於不好的行為會經驗到緊張、懊悔與歉疚的感受, 而想補償或挽救。

3. 羞恥 (shame): 自覺為未達標準, 覺自我價值薄弱, 而有畏縮、渺小、無價值與無能的感受。

信度方面: 各量表之內部一致性信度為「自豪」 α 值為 .852、「罪惡」之 α 值為 .784、「羞恥」 α 值為 .825。效度方面: 採因素分析, 各分量表皆萃取出一個因素, 「自豪」7 題, 可解釋變異量為 45.83%、「罪惡」8 題, 可解釋變異量為 31.76%、「羞恥」6 題, 可解釋累積之變異量為 45.36%。

(三) 愛情關係品質量表

本研究所使用的愛情關係評價量表係研究者自行修訂 Davies 和 Latty-Mann (1987) 關係評價量表 (Relationship Rating Form, RRF) 以測量大學生的愛情關係品質, 內含「接納/尊重」、「親密」、「激情」、「照顧」、「整體滿意度」、「衝突/矛盾」等六個分量表, 總計 45 題。採李克特九點量表, 由「完全不符合」給予一分至「完全符合」得 9 分, 各分量表越高者表示該特徵在愛情關係中越明顯。

1. 接納/尊重 (acceptance/ respect)：接納對方並相互尊重。
2. 親密 (intimacy)：深信與瞭解。
3. 激情 (passion)：迷惑、佔有與性親密。
4. 照顧 (care)：相互給予、協助與擁護。
5. 整體滿意度 (global satisfaction)：享受、成功與提升自尊。
6. 衝突/矛盾 (conflict/ambivalence)：受困與不確定性。

信度方面：各量表之內部性一致性信度為「接納/尊重」 α 值為.792、「親密」 α 值為.828、「激情」 α 值為.915、「照顧」 α 值為.914、「整體滿意度」 α 值為.938、「衝突/矛盾」 α 值為.853。效度方面：採因素分析，原分量表「發展性」經分析後，其內含之「信任」與「承諾」題項無法歸納至同一因素內，為提升量表之效度，故將「發展性」分量表之「信任」與「承諾」予刪除，並將此分量表更名為「接納/尊重」。全量表運用因素分析，採斜交轉軸，取初始特徵值大於 1 者，結果明顯獲得六個獨立因素。

四、資料分析

問卷回收後，先剔除作答不完全及有明顯反應趨向之問卷。再將有效問卷輸入電腦，並使用 SPSS for windows 10.0 版套裝軟體進行統計分析。統計方法說明如下：

- (一) 為了解不同性別大學生的共依附特質是否有差異，以 t-test 考驗研究假設一。
- (二) 為了解大學生共依附特質與自我感受是否有關，以典型相關分析考驗假設二。
- (三) 為了解大學生共依附特質與愛情關係品質是否有關，以典型相關分析考驗假設三。

研究結果與討論

一、不同性別大學生共依附特質的差異分析與討論

(一) 研究結果

表 1 不同性別大學生在「共依附量表」t 考驗分析摘要表

變項	男(N=437)		女(N=570)		t 值
	平均數	標準差	平均數	標準差	
他人焦點/ 自我忽視	29.124	6.090	27.318	5.643	4.863*
低自我價值/ 低自我肯定	47.2082	9.561	46.737	10.320	.742
內科問題	16.195	6.223	15.767	6.233	1.080
隱藏自我	32.110	6.674	30.209	6.966	4.371*
原生家庭問題	19.814	6.126	17.697	5.651	5.623*
全量表	144.45	24.69	137.73	25.62	4.193*

* $p < .05$

由表 1 顯示不同性別的大學生在共依附量表總分及「他人焦點/自我忽視」、「隱藏自我」、「原生家庭問題」等三個分量表得分之差異達統計上的顯著水準 ($p < .05$)。其差異情形在「他人焦點/自我忽視」、「隱藏自我」與「原生家庭問題」三個分量表上，男生得分皆高於女生。而不同性別大學生在「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」兩分量表得分之差異未達統計上的顯著水準。

(二) 不同性別大學生共依附特質之討論

本研究結果顯示，共依附特質有性別的差異，男、女大學生在共依附全量表得分具顯著差異，且男生得分高於女生，此與邱慕美（民 91）、蔡淑鈴（民 91）、蔡淑霞（民 92）、吳昭儀（民 92）、Martsolf、Hughes-Hammer、Estok 和 Zeller（1999）之研究結果相似，再進一步分析發現在「他人焦點/自我忽視」、「隱藏自我」與「原生家庭問題」三個分量表上，男生得分顯著高於女生；「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」兩分量表不同性別之得分則未達顯著差異。由此結果可說，大學男生的共依附特質總分高於大學女生。換言之，大學男生較女生越具有滿足他人甚至是控制他人的傾向，而較忽略自己的需求；越隱藏及控制自己的負向情緒，並以正向情感表達而壓抑自己真實的感受；且在成長過程中，越自覺家庭出現不愉快的事件。然而，若僅以此三個分量表得分之差距，便指稱大學男生共依附特質高於大學女生並不恰當，一般而言，唯有五個分量表男生的得分皆顯著高於女生時，才適宜稱大學男生的共依附特質顯著高於大學女生。以下就不同性別得分達顯著差異之三個分量表，進行討論。

1. 「他人焦點/自我忽視」得分差異之討論

本研究中「他人焦點/自我忽視」分量表大學男生得分高於大學女生，與蔡淑鈴（民 91）以青少年親子關係及共依附相關研究、林淑芳（民 91）研究中學生的共依附與信任感發展、蔡淑霞（民 92）針對單親父母與子女之共依附研究及吳昭儀（民 92）以大學生為對象，探討共依附與愛情類型等研究結果相同。一般觀念中，女性常被認為具有「他人取向」而非自我取向（呂政達，民 76）。而 Dear 和 Roberts（2002）亦指出他人焦點與刻板女性特質，如怯懦、焦慮與依賴具顯著相關，所以女性常與照顧者的角色聯結。然而，中國認為犧牲是一種美德，為了和諧，必須犧牲一些自我（余德慧，民 84）。在中國文化裡，男人象徵著家庭核心，對男性的期待顯著高於女性，處在「傳子不傳女」的傳統觀念下，男性常載負家族榮辱的重任外，也必須安頓一家大小的生計，這樣的重責便足以讓男性犧牲部分的自我，為家人而活。誠如王行（民 85）所言「在父權制度下，不但女性因被壓抑、剝奪而受傷，表面上享受優勢的男性，內在也充滿創傷。」

葉明華與楊國樞（民 87）對大學生與社會成人的家族主義測量研究中，男性較女性更傾向因對家族所背負的責任感，會無條件的為家人做自己認為應該做的事，卻不期望對方也給予相等的回報。男性更是具有被依賴的需求，希望自己被家人所需要，家人按照他的意見做決定，當家人主動向其求援，他便會盡力的協助家人，以求無為不至地照顧家，這些皆表現出在華人家族中對男性的重視。本研結果顯示，男性較女性更傾向以他人焦點/忽略自我。可能反映出中國男性傳統的性別角色，強調為他人犧牲，忍受痛苦保護他人，在家庭賦予重責的教育下，其內在的責任感與被依賴的需要亦同時驅使著他以家人為重，這也提醒在男性成長的過程中，是否易習得以他人為重，而忽略了自我的需求的傾向，而需重視。

2. 「隱藏自我」得分差異之討論

本研究結果亦顯示，大學男生的「隱藏自我」較大學女生明顯，與林淑芳（民 91）、蔡淑鈴（民 91）、吳昭儀（民 92）及 Martsolf 等人（1999）的研究結果相似，男性較女性傾向抑制自我負向情感的表達。性別於情緒上的差異，可能源自於男女先天大腦構造上的差異，女性有較高的情感敏銳度（蔡秀玲、楊智馨，民 88）。一般父母對子女的教養中，對兒子多傾向強調成就、競爭與情緒控制；對女兒則強調溫馨、淑女行為。男女性別特質裡，也將感性歸為女性重要特質之一，為避免被冠以娘娘腔，遭受同儕的揶揄，男性更與女性特質保持距離，以避免危及男性的形象（畢恆達，民 79）。

社會化的歷程中，男性常被要求能自我肯定、追求成就、獨立、勇敢與果決等工具性與主動性的特質；而女性則是順從、依賴、敏感但富同理心等人際互動及情感表達特質（李美枝、鍾秋玉，民 85）。文化對男性性別角色的期待，也會使男性傾向壓抑自己的情感，不能覺察與表達自己的情緒

(張英熙, 民 86)。而在男性競爭比較的社會中, 坦露自己真實的情感或表現情緒的一面, 容易被批評為懦弱、娘娘腔, 而引起個人卑下的感覺(余德慧, 民 80a)。而男性的友誼, 經常是透過參與活動來建立, 較少涉及自我訊息與情緒(黃玲蘭, 民 91), 或許也因此降低了男性表露自我的能力。

綜上述, 可瞭解男、女生在情感表達上的差異, 源自於先天生理與後天父母教養態度、社會化歷程等因素促成, 在此多重因素下, 或許就壓抑了男性於情感上的表達, 而本研究結果顯示, 男性較女性傾向隱藏自我真實的情緒與想法, 也可能意味著男性在自我表達這層面的開發是需被關注。

3. 「原生家庭問題」得分差異之討論

由研究結果得知, 大學男生自覺原生家庭問題顯著高於大學女生, 此與吳昭儀(民 92)以大學女生為對象, 探討共依附特質與愛情態度之相關研究的結果相同。也與 Martsolf 等人(1999)針對專業助人者與共依附特質的研究結果相似。本研究結果是否反映出男性在家庭裡常面臨被要求自主與獨立, 同時卻又被期待為家庭負責的「雙重束縛」而感到更多的家庭衝突; 或者是反映出在未被鼓勵自我表達的家庭教育中, 男性經驗到更多不能公開表達與討論的感受與想法, 而自覺家庭議題較多, 我們無法得知確切的原因。但本研究結果顯示大學男性較大學女性自覺有更多的原生家庭議題, 此一現象值得再深入探究。

二、大學生共依附特質與自我感受之典型相關結果分析

(一) 研究結果

表 2 大學生共依附特質與自我感受之典型相關分析摘要表

X 變項	典型變項			Y 變項	典型變項		
	$\chi 1$	$\chi 2$	$\chi 3$		$\eta 1$	$\eta 2$	$\eta 3$
他人焦點/ 自我忽視	-1.28	.922	-3.50	自豪	.673	.737	-.065
低自我價值 /低自我肯定	-8.81	.141	-.443	罪惡	-.849	.378	-.369
內科問題	-7.16	.368	.273	羞恥	-.913	.278	.299
隱藏自我	-.541	.299	.460	抽出變異數	.669	.255	.077
原生家庭問題	-.538	.375	.104	百分比			
抽出變異數				重疊	.308	.031	.001
百分比	.377	.247	.123	ρ^2	.460	.122	.016
重疊	.174	.030	.002	典型相關 ρ	.678*	.349*	.128*

N=678, * $p < .05$

本研究為探討大學生共依附特質與自我感受之相關情形, 乃以共依附量表中「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、「隱藏自我」及「原生家庭問題」所測得的分數作為 X 組變項, 自我感受量表中「自豪」、「罪惡」及「羞恥」所得分數為 Y 組變項, 由表 2 典型相關結果所得三組典型相關係數 (ρ) 分別為 .678、.349 和 .128, 皆達 .05 的顯著水準, 顯示大學生共依附特質與自我感受間具有典型相關存在。

(二) 大學生共依附特質與自我感受之討論

本研究結果顯示共依附特質與自我感受具有相關存在, 其中出現三組典型相關結構。然而, 根據研究者對共依附特質的定義, 唯有同時具備共依附的五項特徵, 且向度皆呈同方向時, 才符合共依附的特質。因此, 除就典型相關結果討論共依附特質與自我感受的關係, 同時為更清楚的呈現本研究結果, 研究者也嘗試以本土心理學的觀點探討其他分項特質與自我感受的相關組型。

1. 大學生共依附特質與自我感受之第一組典型相關結果

在第一組典型相關中，X 變項的「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、「隱藏自我」及「原生家庭問題」與第一個典型因素 ($\chi 1$) 相關 (負荷量) 分別為-.881、-.716、-.541 和-.538；而「他人焦點/自我忽視」與第一個典型因素 ($\chi 1$) 相關為-.128，未達.30 影響力較小。Y 變項的「自豪」、「罪惡」和「羞恥」與第一個典型因素 ($\eta 1$) 相關 (負荷量) 分別為.673、-.849 及-.913。因此五個 X 變項與三個 Y 變項的第一組典型相關結構組型，主要是由 X 變項的「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、「隱藏自我」及「原生家庭問題」透過第一個典型因素 ($\chi 1$) 與三個 Y 變項的第一個典型因素 ($\eta 1$) 產生關聯性，而與 $\eta 1$ 相關絕對值較高的變項依次是「羞恥」、「罪惡」、「自豪」。

本研究結果顯示當大學生越有自我價值感且越能自我肯定、自覺越少內科問題、越不隱藏自己、越少原生家庭問題時，則自豪感受越高、羞恥與罪惡的感受越低。本研究結果顯示共依附特質者傾向有負面感受，與羞恥感間有密切的關係。此一結果能呼應許多關於共依附特質的文獻所提出的論點：共依附特質的核心即是羞恥，共依附特質是一種以羞恥為中心的疾患 (邱紫穎譯，民 85)，或稱共依附特質的本質便是內化的羞恥 (internalization of shame) (Bradshaw, 1988)，也有人以循環的觀點說明共依附，提出羞愧感是共依附循環中的一部分 (新路編譯小組譯，民 87)，這些論點，皆指出共依附特質與羞恥的緊密關係，本研究結果亦支持上述文獻的說法。本研究結果顯示當大學生共依附特質傾向越高時，其羞恥與罪惡感受也越強，而越不感到自豪，相似於共依附文獻之描述。

Bradshaw (1988) 認為人類的情緒是可內化的，當內化產生，個體對事件所產生的情緒感受，會轉變成其個人的核心特質。在內化的過程中，個體需先認同不真實和以羞恥為基礎的模式，其在過去會有被遺棄的創傷，所以當意識到自己的需求與感覺時，羞恥的感受也升起。此外，個體會將現在的羞恥經驗與過去創傷相連結，導致羞恥的感受不斷的拼接，最後羞恥嵌入個人的認同核心，形成深層的羞恥。當共依附者內化了羞恥，這種羞恥會令共依附者覺得真實的自我 (true self) 是不好、有缺陷與不足的，為逃避這樣不好的我而衍生出假我 (Whitfield, 1989)，共依附特質者為避免面對羞恥的感受，而以假我維生，最終也無法分辨真我與假我的真實性了。

Mellody 和 Miller 指出暴虐氣氛的家庭中，家長不斷的放縱或否定自己的情緒，在孩子的內在界限未鞏固下，孩子會接收父母施暴時的羞恥與罪惡情緒 (邱紫穎譯，民 85)。像這樣功能不良的父母否定自己的羞恥，卻將羞恥轉移至孩子的身上，孩子本身的羞恥加上父母的羞恥，形成了孩子的羞恥核心，也是演變為共依附特質的基礎。除了源自於個人幼年的受虐、遺棄、忽視與過度涉入的家庭經驗，成年後在工作場域中感到人格解體、階級、競爭、不佳的溝通模式和缺乏個人靈性的價值等，這些經驗皆會引起個體的羞恥而驅動共依附特質，並導引出共依附特質的特徵行為，如：置他人於自己之前、缺乏自我認同、情緒不穩、強迫性、行為過度警覺、誇大的情緒變化、焦慮及憂鬱等 (Goff & Goff, 1991)。

有學者表示 (Potter-Efron & Potter—Efron, 1989)，對共依附特質者而言，家庭是一個羞恥的來源，家中存在著「不可對外說家裡事情」的規則，共依附特質者對自己與酗酒的家人都感到丟臉，無法區別自己與酗酒者的羞恥，也無力減低羞恥。對於自己無法為家庭負責，則產生不理性的罪惡感受，並以遠離他人、孤立自己來隱藏家人或個人的羞恥。在功能不良家庭中成長的孩子，常因所有的家庭問題而被責備，而孩子也在心中累積了羞恥與罪惡感。因在原生家庭中，孩子的情感需求一直未受滿足，形成了情感需求。而情感需求與羞恥為基礎的動力，似乎也將個體導向共依附 (Hogg & Frank, 1992)。程玲玲 (民 89) 對共依附特質者的研究指出，因原生家庭問題，而感到羞恥，不敢對外說明家庭狀況。同時，也會因無力解決家庭問題而感到罪惡，而此論述與本研究結果相符合。

然而，Wells、Glickauf-Hughes 和 Jones (1999) 的研究和本研究結果並不一致，其結果顯示，共依附特質與羞恥傾向呈現正相關，罪惡傾向則相反。換言之，越是共依附者，其具有越高的羞恥傾

向但罪惡傾向則越低，此結果則與本研究顯示越具共依附特質傾向，其羞恥與罪惡感受也越高，不盡相同。一般而言，產生羞恥感是因自己是個「怎樣的人」；產生罪惡感則是因自己的「所作所為」。事實上，Smedes 便指出羞恥與罪惡是相互重疊的，做錯事會產生罪惡感，但也因而感到羞恥。在社會劃分下，羞恥與罪惡皆屬於負向情緒，社會也傳遞著「壞的情緒」是不被接受的。羞恥是影響真實自我的主要情緒，並涉及自我價值感。健康的羞恥會協助我們面對自己，提醒我們身為人的限制；罪惡則是當行為或思想違反自己的價值觀時所導致的情緒（屈貝琴、陳雅玫合譯，民 85）。但罪惡感常與健康的羞恥混淆。共依附者無法確實的區辨羞恥與罪惡，常將羞恥感誤以為罪惡感（邱紫穎譯，民 85），同時對自己產生羞恥與罪惡的感受。

綜上所述，共依附特質者的羞恥無論是內化，或是接收了父母的羞恥並與自己的羞恥感重疊，亦或是經由個人生命經驗所引發，甚是對家庭狀況的感受，皆指出共依附與羞恥間密切的關係。本研究結果也呼應了上述文獻的觀點，當個體越傾向共依附特質時，則其對自己越無法感到自豪，但卻越有羞恥與罪惡的感受。

2. 大學生共依附特質與自我感受之第二組典型相關結果

在第二組典型相關中，X 變項的「他人焦點/自我忽視」、「內科問題」及「原生家庭問題」與第二個典型因素（ χ^2 ）相關（負荷量）分別為.922、.368 和.375；而「低自我價值/低自我肯定」、「隱藏自我」與第二個典型因素（ χ^2 ）相關各為.141、.299，皆未達.30 故影響力較小。Y 變項的「自豪」和「罪惡」與第二個典型因素（ η^2 ）相關（負荷量）分別為.737 及.378；「羞恥」與第二個典型因素（ η^2 ）相關（負荷量）為.278 未達.30，較不具影響力。因此五個 X 變項與三個 Y 變項的第二組典型相關結構組型，主要是由 X 變項的「他人焦點/自我忽視」、「內科問題」及「原生家庭問題」透過第二個典型因素（ χ^2 ）與三個 Y 變項的第二個典型因素（ η^2 ）產生關聯性，而與 η^2 相關絕對值較高的變項依次是「自豪」、「罪惡」。

本研究結果顯示當大學生越以他人為焦點而忽略自我，自覺有越多的內科與原生家庭問題時，則其自豪與罪惡的感受越高。由本土心理觀點，中國人幾乎凡事以家為重的家族主義，使得個人不得不屈從家族，而忽視了自己的個性與獨特性（楊國樞，民 94）。所以當個人面對家族時，會覺悟到自己需「揚名顯親」、「光耀門楣」責任，而自我便消融於家族中（雷霆，民 80）。儒家五倫關係裡隱含的階層的概念，使得每個人在關係中，都有無法規避的責任義務與道德使命，也皆需以自己對他人所背負的責任及義務來行事（楊中芳，民 80a），在此關係取向的中國文化中，衍生出「關係自我」（relation self），個人的責任來自於對關係他人的義務；道德判斷，亦是以他人的評價為主（Bedford & Hwang, 2003; 黃光國，民 94）。這樣的社會脈絡，不僅強調個體對他人負有責任與義務，似乎也意味著完成社會義務是優先於滿足個人需求的。

在儒家思想中，自我的界限是擴大至家庭成員與重要他人（Bedford & Hwang, 2003）。楊中芳（民 80a）更指出中國人的自我結構的形成是一個「大小我」嵌套的結構。也就是說，「個體我」亦稱「小我」雖然是獨立的，但將他人納入的「社會我」意即「大我」卻是鑲嵌在社會關係網絡中（黃光國，民 82；楊中芳，民 80a）。當「大小我」間產生衝突時，文化給予的指引是「犧牲小我、完成大我」，為「大我」做的事是「為公」，是道德、高尚的；為「小我」而做的事「為私」，是自私、不道德的。社會文化要求個人把別人的事當作自己的事盡力為之，以展現出對別人的關切及高超的助人行為。反觀，主動為自己爭取或要求會被認為是自私自利的（楊中芳，民 80b；楊國樞，民 93）。因此對中國人而言，最理想的道德自我發展，是一個人的自我能超越到以整個「社會」為單位（楊中芳，民 80b）。在中國文化「聖人」的楷模，導引著個人的行動，都是為集體而做（楊中芳、彭泗清，民 94）。或許意味著，若個體可以盡力協助他人，忘卻自己的需要，甚至是犧牲自己，是一種高超的道德，備受社會文化所讚許。

東方父母對子女的教養則重視依賴性訓練，因而造成子女擁有較強的「他人取向的成就動機」(楊國樞, 民 71)。這種他人取向的成就動機，在消極方面不但要盡量避免他人的責罰、譏笑、拒絕、衝突與尷尬；在積極方面更是要獲得他人的贊同、接受、幫助及欣賞，好讓自己藉由在他人心目中的好形象來界定自己(楊國樞, 民 94)，可能也促使個體為獲得他人的讚許，達成以他人為主的目標，而自己更會因這樣的成就表現感到自得。

若根據上述本土心理學的觀點，本研究結果呈現，個體當以滿足他人需求為己任，即使健康不佳，家庭問題越多，卻也越感到自豪，甚會有罪惡的感受。此是否反映出文化對「犧牲小我、完成大我」的利他行為，所賦予道德上的高度讚譽；或是顯現出以協助他人解決問題為己任，即使自己的身體不佳，家庭問題越多，在符合「聖人」的模範下，對自己更感自得，甚至會覺得做的不夠多或不夠好，而萌生罪惡的感受，此皆有待進一步的研究了解。

3.大學生共依附特質與自我感受之第三組典型相關結果

在第三組典型相關中，X 變項的「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」及「隱藏自我」與第三個典型因素 ($\chi 3$) 相關(負荷量)分別為-.350、-.443 和.460；而、「內科問題」、「原生家庭問題」與第三個典型因素 ($\chi 3$) 相關各為.273、.104，皆未達.30 故影響力較小。Y 變項的「罪惡」與第三個典型因素 ($\eta 3$) 相關(負荷量)分別為-.369；「羞恥」和「自豪」與第三個典型因素 ($\eta 3$) 相關(負荷量)為.299 和-.065 均未達.30，較不具影響力。因此五個 X 變項與三個 Y 變項的第三組典型相關結構組型，主要是由 X 變項的「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」及「隱藏自我」透過第三個典型因素 ($\chi 3$) 與三個 Y 變項的第三個典型因素 ($\eta 3$) 產生關聯性，而與 $\eta 3$ 相關絕對值較高的變項是「罪惡」與「羞恥」。

本研究結果顯示當大學生越隱藏自我，越有自我價值且越自我肯定，越重視自我而不以他人為焦點時，則越不感到罪惡，但越感到羞恥。但本型相關結構圖的決定係數 $\rho^2=.016$ 偏低，研究者仍試對此結果做出下列討論，以更清楚研究結果可會有的意涵。

中國文化著重向內實現「仁」的自己。在社會強調個體間一致的信念與行為下，中國人在表現自己時，常有想和別人一樣的心態。而中國人怕自己被突出(尤指優秀的一面)的「怕壯心理」影響下，表現自己時，常以不突出自己為原則，而文化對於「自滿」、「自傲」更是顯現出厭惡的態度(楊中芳, 民 80a)。這樣的內傾的文化架構下，反映出的不僅不鼓勵個人的自我表露，或許為了維持自我的好形象，可能助長個人對自我的隱藏。在中國文化中，為求氣平要盡量克制任何情緒的產生，尤其是憤怒的情緒(黃曬莉, 民 94)，顯示出的是對「和諧」的重視，也意味著避免衝突的產生，或許也促使得個體隱藏自己的情緒，以求和諧且減少衝突。

儒家思想秉持的道德準則，奠基於個人職責與社會目標的概念下。因此，個人的道德行為，取決於所處的狀態與關係的脈絡(Bedford & Hwang, 2003)。Bedford 指出，中國文化中的罪惡感並非來自傷害他人，而是違反個人的道德觀(Bedford & Hwang, 2003)。有此可見，中國人的罪惡感源於自己對錯誤行為的主觀感受與認知；而內疚感則是由個人未達到自己所認定的義務與責任而生。由於「大小我」嵌套的自我結構，中國人對自我道德的評價，需放大到其所處的團體中。一個人的行為是否含有自私或假公濟私，是以其行為目的而論，個人的行為被判斷為好或壞，全在其意向是否是「自私」還是「無私」的(楊中芳, 民 80a, 民 80b)。這可能意味著，當個人行事的出發點是以自己為主，並未考慮他人，即使並未違反社會規範，仍可能被他人冠上「自私」的罪名，受到道德價值的譴責。如鄒智敏、楊中芳(民 94)研究指出個體若以他人的角度來評價自己的失敗，將會引發更多的羞恥感。

中國人的恥含有自律(道德性)以及他律(社會性)的意義，道德性恥是因個人修養不足或理想無法實現所致，社會性恥則是不符合社會規範而生(金耀基, 民 77)。恥的心理基礎在於個人對自

己行為的責任感，社會基礎則是個人對社會行為規範的共識（胡凡，民 86）。在中國文化的價值體系下，個體不被鼓勵自我揭露，或許促使個人傾向隱藏自己的想法與感受。而文化中的道德價值觀，賦予他人取向高度榮譽時，是否也意味著，個體若以自己的需求為主，不將他人幸福視為己任，雖然不會因違反自己內在的道德觀產生罪惡感，卻會可能因未符合外在社會的道德規範，而萌生羞恥的感受。若以本土心理學的觀點論之，本研究結果似乎顯示大學生受傳統文化價值觀的影響，覺得若以自己為主，易有羞恥感。不過此一現象在統計上的表現是微弱的，顯示和昔日相較這一類的人已驟減，但是典型相關中仍可約略的呈現出這現象。然而，此乃研究者之推測，本研究結果仍有待更深入的研究探討。

總之，綜合上述三組典型相關結構的結果來看，本研究結果顯示共依附特質與自我感受具有相關存在。本研究結果呼應共依附特質負向現象似乎是中外皆然，共依附特質者傾向有負面感受，與羞恥感、罪惡感間有密切的關係。本研究結果支持「共依附特質的本質是內在化的羞恥」的說法。本研究也附帶發現我國文化「重公不重私」的傾向，呈現出個體對「為公」的自豪感，及「為私」的羞恥感的傳統道德價值觀。換言之，本研究結果呈現出大學生受傳統文化影響，覺得要照顧他人，以他人為重，才令人自豪，若沒做到易生罪疚感；若以自己為主，易有羞恥感。這樣的發現也間接呼應我國文化中較把「以他人為重」視為「美德」，及「以自己為主」則引以為恥的傳統價值觀。

三、大學生共依附特質與愛情關係品質之典型相關結果分析

(一) 研究結果

表 3 大學生共依附特質與愛情關係品質之典型相關分析摘要表

X 變項	典型變項			Y 變項	典型變項		
	χ_1	χ_2	χ_3		η_1	η_2	η_3
他人焦點/ 自我忽視	.615	-.521	-.033	接納/尊重	-.249	-.470	-.103
				親密	-.396	-.852	.186
低自我價值/ 低自我肯定	.819	-.023	.553	激情	.067	-.461	.578
				照顧	-.198	-.654	.520
內科問題	.612	-.247	-.035	整體滿意度	-.383	-.333	.607
				矛盾/衝突	.824	-.007	-.340
隱藏自我	.593	.628	-.064	抽出變異數百分比	.181	.283	.189
				原生家庭問題	.805	.022	-.460
抽出變異數百分比 重疊	.484	.146	.105	重疊	.027	.028	.005
				ρ^2	.150	.100	.026
				典型相關 ρ	.387**	.316**	.162**

本研究為探討大學生共依附特質與愛情關係品質之相關情形，乃以共依附量表中「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、「隱藏自我」及「原生家庭問題」所測得的分數作為 X 組變項，愛情關係品質量表中「接納/尊重」、「親密」、「照顧」、「整體滿意度」和「矛盾/衝突」所得分數為 Y 組變項，運用典型相關分析方法求得共依附各分量表與愛情關係品質各分量表分數兩者間的典型相關。由表 3 典型相關結果所得有三組典型相關係數（ ρ ）達 .05 的顯著水準，分別為 .387、.316 和 .162，顯示出大學生共依附特質與愛情關係品質間具有典型相關存在。

(二) 大學生共依附特質與愛情關係品質之討論

本研究結果顯示共依附特質與愛情關係品質具有相關存在，其中出現三組達顯著的典型相關結

構。研究者仍秉持需具備共依附的五項特徵，且向度皆呈同方向時，才可稱為共依附特質的觀點，並以此討論共依附特質與愛情關係品質之關係。此外，研究者為更詳細的呈現本研究結果，也試著就本土文化脈絡，探討其他特質與愛情關係品質之相關組型。

1. 大學生共依附特質與愛情關係品質之第一組典型相關結果

在第一組典型相關中，X 變項的「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、「隱藏自我」及「原生家庭問題」與第一個典型因素 ($\chi 1$) 相關(負荷量)分別為.615、.819、.612、.593 和.805。Y 變項的「接納/尊重」、「親密」和「激情」、「照顧」、「整體滿意度」和「矛盾/衝突」與第一個典型因素 ($\eta 1$) 相關(負荷量)分別為-.249、-.396、.067、-.198、-.383 及.824，其中「接納/尊重」、「激情」和「照顧」與第一個典型因素 ($\eta 1$) 相關(負荷量)未達.30 的標準，影響力小。因此五個 X 變項與六個 Y 變項的第一組典型相關結構組型，主要是由 X 變項的「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、「隱藏自我」及「原生家庭問題」透過第一個典型因素 ($\chi 1$) 與六個 Y 變項的第一個典型因素 ($\eta 1$) 產生關聯性，而與 $\eta 1$ 相關絕對值較高的變項依次是「矛盾/衝突」、「親密」、「整體滿意度」。

本研究結果顯示共依附特質愈高者其在愛情關係中所面臨的衝突矛盾也愈多，親密程度愈低，對關係也愈不滿意。具體而言，當大學生越低自我價值感且越自我否定，越多原生家庭問題，越以他人為焦點而自我忽視，自覺越多內科問題，越隱藏自我時，則在愛情關係中，衝突與矛盾越多，親密程度越低，對愛情關係的整體滿意度越低。

Fromm 認為一份成熟的愛是一種明瞭自己獨立人格後，所發生的結合關係，必須在自己個性與人格完整條件下，真正的愛情才會產生。當個體無法堅持自己的獨立性，自我肯定價值便會受威脅，而依賴於對方，以對方的反應作為自我肯定的標準，而形成一種「沒有獨立性的結合關係」，將兩人生命中任何事物都融合成一體，忽略周圍的人際關係。因此 Fromm 表示「這種愛只是一種依賴的象徵，或是自我意識的擴大，兩個耽溺於這種關係的人互相受到對方的吸引，表面上是證明相愛的程度，實際上只表現出未相遇前的寂寞程度」(孟德祥譯，民 88)。Hogg 和 Frank (1992) 指出，共依附特質者在親密關係中，行為主軸的核心是缺乏清楚的自我界限，無法得知自己的終線與他人的起點為何，導致在親密關係中，太以對方為主、對對方存有責任感，甚至讓自己的世界都圍繞著對方。共依附特質者缺乏自我意識與個人界線，將自己與所愛的人重疊在一起，因容易有強迫或沉溺的行為，這樣的特質也帶到關係中無法自制。

共依附特質存於功能不良的家庭中，因所得到的關心與照顧極少，情緒的需求也未獲滿足，而呈現出低自尊、情緒壓抑、缺乏安全感、極度擔心被拋棄、不認為自己值得被愛。因渴望被愛，以致於在關係中承擔過多的責任，期望可藉此獲得對方的愛與關心；另一方面，也因缺乏安全感，無法信任對方、易嫉妒，使得關係不穩定。共依附特質者的個人價值來自於對方的需要與關心，所以緊抓住對方、控制對方和關係，以維護關係免於破裂(邱紫穎譯，民 85；Dear & Robert, 2002)。共依附的關係可以描述為「受驅動的」或「強烈的」，其本質是無法抗拒的強迫行為。因大多的自我是從對方所獲取的，所以當其中一人感到窒息想要離開，另一個人就會感受到威脅，因為離開代表自我也跟著分離。其更相信自己的力量來自對方，所以若是疏離了關係，自己就會失去力量，無法生活。因缺乏安全感，共依附特質者對關係充滿不確定性，常會表現出相當程度的嫉妒感(新路編譯小組譯，民 87)。

Norwood 認為在功能不良的家庭中，孩子長期受到忽略或虐待、缺乏需要的關注、愛撫與角色模仿，以使他們成爲一個健全、調適良好，能夠正常愛人的成人。在這種環境中成長的孩子，心靈有所殘缺，而易變的「愛的太多」或對愛情成癮(新苗編譯小組譯，民 89b)。Hemfelt、Minirth 和 Meier 也以類似的觀點說到，兒童在功能不良的家庭中受到某種形式的「虐待」，如身體、語言上的

暴力或遺棄、忽視與否定孩子的存在價值等消極虐待，會造成沉溺與扭曲人際關係，追根究底則反應出孩子對愛的渴望（新路編譯小組譯，民 87）。源於對愛的渴望，共依附特質者的愛情關係，常是以耽溺的方式呈現，其因自卑認為自己不值得被愛，也無能力愛自己，所以在關係中會貶低自己遷就對方，難以維持自主性，其自我價值常來自於親密關係的維持。也因缺乏安全感，害怕寂寞、遺棄、排斥和失去愛，因此有著異常忌妒或佔有慾過強。為維繫兩人關係，會負擔過多的責任，照顧對方則是試圖要保有愛情與關注。此外，共依附特質者難以認清自己的感受，易處於兩極化的情緒，但害怕對所愛的人表達忿怒，認為憤怒會迫使別人離開自己（殷于譯，民 82；新苗編譯小組譯，民 90）。

共依附特質者缺乏信任感，無法接受自己，覺得自己是個沒有價值的人，而常覺得「如果我做些什麼，就無法得到愛」。當心裡頭覺得「我根本不值得被愛」時，會開始找尋「我不會被愛」的證據，但當事人卻無法覺察些矛盾心理，反而怪罪對方（廣梅芳譯，民 92）。也因藉由控制對方滿足自己的需求，在兩性關係中，容易緊張焦慮，並有界限上的問題，易讓對方影響自己（Cermak, 1991; Cowan & Warren, 1994）。Springer, Britt 和 Schlenker（1998）研究指出共依附特質者強烈的希望在關係中與對方相互融合，但同時又害怕親密，他們常有「沒有人會接納這樣的我」的感覺，當他們投入關係中時，會強迫性的給予對方關心，並對對方感到強烈的吸引力與嫉妒，而嫉妒會佔據對方的注意力。共依附特質者不相信自己的能力，依賴他人為安全的來源，害怕被拋棄，不易產生信任感，對關係感到不確定，並質疑他們所擁有的愛情價值。在缺乏安全感與信任感之下，共依附特質者會以強迫照顧或協助對方的方式，為維持關係的手段。為了害怕失去，因而隱藏自己的情緒與感受，亦不認為自己具有被愛的價值，似乎是以「假我」於關係中運作，更遑論是建立親密關係。

吳昭儀（民 92）針對大學生共依附與愛情態度的研究中顯示，共依附特質與依附之愛具有顯著相關。而依附之愛（Manic；dependent love）來自生長於孤單不快樂的家庭，個體會出現低自尊，容易嫉妒，無安全感，有過度關心、救援與控制傾向，無法給自己與對方空間。會因戀愛而憔悴，一點冷淡的對待，便感十分焦慮與痛苦。這樣的愛情特徵有熱情的情慾也有利用手段控制對方的遊戲；此種情感需求幾乎達到強迫性的程度，常因戀愛而焦慮、緊張、患得患失、對自我缺乏信心、難以控制自己的情緒，對情人會有強烈的依賴感、佔有慾與忌妒心（Lee, 1976）。這些特徵皆與共依附者愛情關係不謀而合。林宜旻（民 83）研究也指出依附之愛與關係滿意度成負相關。楊茜如（民 89）研究結果則表示依附之愛在關係信念上較為負向。依附於愛情關係的人，會將對方變成自己重要的部分，放棄自我而依附對方的安排，也會陷入「是否被接受的掙扎中」，甚至刻意的迎合對方，產生了不由自主與不安全的感受（王幼玲，民 76）。

親密感是種相知相惜，在緊密的關係中，雙方可以彼此真實坦承。Mellody（邱紫穎譯，民 85）認為共依附者因維護親密的能力受損，而無法與人建立親密關係。Larsen 提出共依附會減損開啓及參與親密關係能力，且畏懼啟動各種友善的親密關係（邱紫穎譯，民 85）。陳秀菁（民 91）研究顯示當個體越將生活中心放在他人身上，越犧牲自己去照顧他人，越依附關係，企圖透過關係以獲得價值感，越無法表達內心的感受時，則在親密關係中，越無法與對方分享彼此想法，維持良好溝通，也越無法分享彼此的嗜好、興趣，共同體驗休閒正向愉快的感受。綜合上述的文獻與研究均支持本研究結果：當大學生的共依附特質越高，則其在愛情關係中，所經驗的衝突與矛盾越多，親密的感受越低，對關係的滿意度也越低。

2. 大學生共依附特質與愛情關係品質之第二組典型相關結果

在第二組典型相關中，X 變項的「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、「隱藏自我」及「原生家庭問題」與第二個典型因素（ χ^2 ）相關（負荷量）分別-.521、-.023、-.247、.628 和 .022，其中「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」和「原生家庭問題」與第二個典型因素（ η^2 ）

相關(負荷量)未達.30的標準,較不具影響力。Y變項的「接納/尊重」、「親密」和「激情」、「照顧」、「整體滿意度」和「矛盾/衝突」與第二個典型因素($\eta 2$)相關(負荷量)分別為-.470、-.852、-.461、-.654、-.333及-.007,其中「矛盾/衝突」與第二個典型因素($\eta 2$)相關(負荷量)僅-.007,影響力微小。因此五個X變項與六個Y變項的第二組典型相關結構組型,主要是由X變項的「他人焦點/自我忽視」、及「隱藏自我」透過第二個典型因素($\chi 2$)與六個Y變項的第二個典型因素($\eta 2$)產生關聯性,而與 $\eta 2$ 相關絕對值較高的變項依次是「親密」、「照顧」、「接納/尊重」、「激情」、「整體滿意度」。

本研究結果顯示當大學生愈以他人為重,愈能自我表達時,則其所知覺愛情關係品質與滿意度較正向。具體而言,當大學生越是以他人焦點而自我忽視,越不隱藏自我時,則在愛情關係中,親密越高,照顧越高,接納與尊重越高,激情也越高,對關係的整體滿意度越高。

在關係發展中,親密感的表達主要是藉由分享與溝通,隨著關係由表面發展到親密,自我揭露的廣度會逐漸擴大,深度亦會逐漸進入自我核心部分,個體會由淺而深的相互揭露自我,以跟他人發展信賴與喜歡的關係(邱秋雲,民 92;顧瑜君,民 76)。因此,在愛情關係中,若可以表達自己真實的感受與想法,不僅可增加雙方對彼此的了解,更可提升親密程度。

中國文化造就了中國人的「關係自我」,即自我中包含著他人(何友暉、陳淑娟與趙志裕,民 80; Bedford & Hwang, 2003)。關係取向的自我在心理上會有與別人融合成一體的趨勢,產生依賴、互依、相互接受與分享等需求(張芳燊,民 93)。Markus 和 Kitayama (1991)認為在非西方國家,強調「相互依存」(interdependence)的重要性,重視自己與他人的聯繫,個體間必須維持一種相互依賴的關係,這樣的「互依我」(interdependence self)使得個人會設法契合他人,以完成個人應盡的義務。中國人的「互依」是以情感為基礎,認為在情感上有所需求,而自己有責任去滿足對方的需求,這可能意味著,中國人的親密關係背後含有許多社會規範與角色責任,每個人在關係中都有一個既定的責任需要去承擔履行。劉惠琴(民 90)研究亦指出在集體主義的文化下,大學生的愛情關係是以社會文化規範引導的關係歷程,而非西方的個人交換歷程。這是否也意味著大學生在愛情關係裡,會主動負起在關係中的責任,而去滿足對方的需求。

在講究關係裡的角色責任下,個體開啓一段愛情關係的同時,無形間似乎也擔負起身為戀人所應提供的照顧與協助,以對方為重或許成了一種愛的表現。當愛情進入公開的階段,這種排他、僅屬於兩人所有的關係特質即是共同體的呈現,展現於情緒上互相牽連、心理上的依賴、甚至是對生命的依存感受(卓紋君,民 89)。然而,快速的社會變遷,現代的中國人在保有傳統價值下,同時也適應快速擴散的西方文化價值,使得中國人的自我已不是文化原型中「互依包容的自我」,但也非西方「獨立自主的我」,而是一種依個人與互動對象之關係的不同,對自我做出不同界定的「折衷自我」。除關注自我的分離性與個人獨特性,清楚的意識到個人的需求、慾望、能力與意向,能夠適當的表達個人的動機、認知與情緒;同時也關注自我的關聯性與個人對他人的依賴性,強調個人在關係網絡中的角色、承諾、責任與義務(陸洛,民 92)。

本研究結果顯示,當個體重視他人需求的滿足勝於自己,也能直接的表達自己的感受與想法,則其在愛情關係中,親密、照顧、接納/尊重、與激情都越高,對關係也越感到滿意。由此可看出,當個體對愛情關係品質越感到滿意時,其在關係中呈現的是以滿足對方的需求為重的傾向,而且也願意主動表達自己的真實感受。然而,這是否是融合了東西文化的「折衷自我」在愛情關係中的展現,本研究無法得知,仍有待更深入的研究。但本研究顯示大學生越照顧他人,越能表達自己的感受,與個體對愛情關係的滿意程度確實有關,這樣的特質在兩性關係中是值得加以關注的。

3.大學生共依附特質與愛情關係品質之第三組典型相關結果

在第三組典型相關中,X變項的「他人焦點/自我忽視」、「低自我價值/低自我肯定」、「內科問題」、

「隱藏自我」及「原生家庭問題」與第三個典型因素 ($\chi 3$) 相關(負荷量)分別-.033、.553、-.035、.064 和-.460, 其中「他人焦點/自我忽視」、「內科問題」和「隱藏自我」與第三個典型因素 ($\eta 3$) 相關(負荷量)未達.30的標準, 影響力小。Y 變項的「接納/尊重」、「親密」和「激情」、「照顧」、「整體滿意度」和「矛盾/衝突」與第三個典型因素 ($\eta 3$) 相關(負荷量)分別為-.103、.186、.578、.520、.607 及-.340, 其中「接納/尊重」、「親密」與第三個典型因素 ($\eta 3$) 相關(負荷量)未達.30的標準, 較不具影響力。因此五個 X 變項與六個 Y 變項的第二組典型相關結構組型, 主要是由 X 變項的「低自我價值/低自我肯定」及「原生家庭問題」透過第三個典型因素 ($\chi 3$) 與六個 Y 變項的第三個典型因素 ($\eta 3$) 產生關聯性, 而與 $\eta 3$ 相關絕對值較高的變項依次是「整體滿意度」、「親密」、「照顧」、「矛盾/衝突」。

本研究結果顯示當大學生越有低自我價值/低自我肯定、越順應他人, 越自覺原生家庭問題少時, 則其愛情關係品質與滿意度較佳, 衝突矛盾愈少。具體而言, 當大學生越有低自我價值/低自我肯定, 越少原生家庭問題時, 則在愛情關係中, 激情越高, 照顧也越高, 對關係的整體滿意度越高, 而衝突與矛盾越少。但本典型相關決定係數 ρ^2 僅.026, 顯偏低。雖然如此, 研究者仍嘗試就此研究結果, 提出可能的討論方向, 以更清楚本研究結果可能的意涵。

中國人的人際關係是由兩個相疊的圓所組成, 內圈是屬於家庭內的共生系, 外圈則是家庭外的集體系。家庭內的共生系呈現的是撫育與責任合一, 並含有互報的義務(余德慧, 民 80b)。當子女接受父母的養育行為中, 包含著對子女的控制權時, 身為子女的就會順從父母的控制, 以表示回報父母的養育之恩。在家庭外圈的集體系, 是由和諧與控制所組成, 強調分享與互惠。為了維持和諧, 個體需自我壓抑, 控制個別欲求的表達, 以配合對方(余德慧, 民 80a)。由此似乎呈現出, 中國的原生家庭, 透過親子間的情分與控制, 將子代形塑成符合文化讚許的「好孩子」。而在此過程中, 可能會淡化了孩子的自我, 強化關係中的順從與回報。同時, 因對和諧與互惠的重視, 中國人傾向控制自己的欲求, 甚至是壓抑自我以維持關係, 避免因自我的伸張而導致關係的破裂(余德慧, 民 80a)。或許這也使得中國人在順從與和諧的思維下, 對自我的關注, 不及關係維持的重要, 而可能呈現出對自我的壓抑, 控制自己的欲求並順應他人。

「和諧」是中國的價值觀(黃曬莉, 民 94)。楊中芳(民 82)亦提出華人的價值體系均以追求和諧、合和為中心思想或基本價值。有學者認為多數的華人夫妻在面對婚姻困難時, 仍相當重視「和諧」的傳統價值觀(利翠珊, 民 84; 劉惠琴, 民 88; 黃曬莉, 民 94)。與婚姻關係有著異曲同工之妙的愛情關係, 或者也存有「和諧」的價值觀, 黃曬莉(民 94)亦指出, 在中國人的親密關係中, 常呈現出的是一種「親和式和諧」, 在關係中會主動地付出、關心、體貼對方, 甚至遷就對方, 目的就是要對方滿意, 必要時也可以自我犧牲, 而這樣的承擔是心甘情願、無怨無悔。危芷芬(民 89)研究亦顯示, 當彼此的關係越親密, 則越講求個人的付出而不求回報, 有能力為對方付出與照顧對方, 被認為是愛的成熟表現。

在文化脈絡中和諧與互報的觀點下, 在親密關係中個體若表現的較為順應對方, 似乎有助於關係的維持與發展。這似乎與本研究結果, 當個體對自我的價值與肯定越低, 但自覺原生家庭越無問題存在時, 則其對愛情關係越滿意, 越想獨占對方, 得到對方越多的協助與支持, 感到的衝突與矛盾也越少, 有類似之處。然而, 在典型相關決定係數偏低的情況下, 研究者推測, 可能有少部分的樣本, 在愛情關係中傾向這樣的互動模式, 但確切的原因, 仍需進一步的研究探討。但本研究結果似乎也顯示出, 當個體對愛情關係越覺得滿意, 越有激情的感受, 越受到接納和尊重, 所面臨的衝突與矛盾越少時, 其顯現的自我是較為壓抑與順應的, 並自覺家庭問題較少, 其兩性人際互動行為的內涵與意義值得進一步多加探討之。

總之, 綜合上述共依附特質與愛情品質關係間所顯示的三個典型相關組型, 本研究結果顯示共

依附特質者的愛情關係品質與滿意度不佳，有較多衝突矛盾。亦即，大學生共依附特質愈高者，其在愛情關係中所面臨的衝突與矛盾也越多，親密程度越低，對關係也越不滿意。另外，本研究另一附帶次要發現，從愛情關係的角度來看，個體能以他人為重，能自我表達，自覺原生家庭問題少是重要的。具體而言，本研究附帶發現，由共依附各分項特質與愛情關係品質來看，大學生愈以他人為重，愈能自我表達者，則其愛情關係品質與滿意度較佳。此外，大學生愈能順應他人，愈覺得原生家庭問題少時，則愛情關係品質與滿意度較佳，衝突矛盾越少。換句話說，從愛情關係的角度來看，知覺愛情關係品質與滿意度較正向的大學生，他們在共依附分項的特質上會表現出較照顧他人、以他人為重，也較善於自我表露。另外，知覺愛情關係品質與滿意度較正向、衝突矛盾較少的大學生，常顯現他們較能順應他人，自覺原生家庭問題較少。

整體而言，本研究結果支持共依附特質有性別差異，且大學男生的共依附特質的得分高於大學女生。共依附者傾向有負向情緒且愛情關係品質不佳，有較多衝突矛盾。此外，本研究附帶發現，以文化的觀點論之，在自我感受的部分，似乎呈現出在傳統道德價值觀中，替「大我」而做，為公的讚揚；及為「小我」而行，為私的譴責。在愛情關係中，則似乎反映出，能感受到較佳的關係品質者，其較能照顧他人，善於表達；另外，能感受到衝突矛盾較少，有較正向的愛情關係品質與滿意度者，常顯現他們較能順應他人，且自覺原生家庭問題較少。

結論與建議

一、結論

(一) 共依附特質有性別的差異，且男大學生的共依附特質的得分顯著高於女大學生，本研究的結果無法支持文獻中「女性為共依附特質的高危險群」的說法。細部來看，男大學生在「他人焦點/自我忽視」、「隱藏自我」與「原生家庭問題」三分項特質顯著高於女大學生。

(二) 就共依附特質而言，本研究結果呼應共依附病理現象似乎是中外皆然，共依附者傾向有負面感受，與羞恥感、罪惡感間有密切的關係，且愛情關係品質不佳，有較多衝突矛盾。本研究結果呼應「共依附的本質是內在化的羞恥」的說法，當大學生越具共依附傾向時，其羞恥、罪惡感越強，自豪感越弱。此外，大學生共依附特質愈高者，其在愛情關係中所面臨的衝突與矛盾也越多，親密程度越低，對關係也越不滿意。

(三) 本研究附帶發現我國文化呈現出個體對「為公」的自豪感，及「為私」的羞恥感的傳統道德價值觀。具體而言，本研究附帶發現，由共依附各分項特質與自我感受關係來看，大學生越以他人為重，越多內科與原生家庭問題時，則越令人自豪與罪疚。此外，大學生越以自己為主，越自我肯定，越隱藏自己不表露時，則越有羞恥感，越沒有罪疚感。不過後者在統計上的現象微弱，顯示和昔日相較這一類的人已驟減，已較式微，然而由典型相關中仍可約略的呈現出這現象。

(四) 本研究另一附帶次要發現，從愛情關係的角度來看，個體能以他人為重，能自我表達，自覺原生家庭問題少是重要的。具體而言，本研究附帶發現，由共依附特質各分項特徵與愛情關係品質來看，大學生愈以他人為重，愈能自我表達者，則其愛情關係品質與滿意度較佳。另外，大學生愈能順應他人，愈覺得原生家庭問題少時，則愛情關係品質與滿意度較佳，衝突矛盾越少。

二、建議

(一) 輔導應用之建議

1. 協助共依附特質者面對羞恥與罪惡，重構對自我的感受。

共依附特質的核心即是羞恥(邱紫穎譯, 民 85; Bradshaw, 1988; Goff & Goff, 1991)亦如本研究結果, 越傾向共依附特質者, 其羞恥與罪惡感受越高。健康的羞恥與罪惡, 可讓個體了解自己的限制, 遵守規範 (Bradshaw, 1988), 有助於生活適應。然而, 共依附特質者呈現的卻是不健康的羞恥與罪惡, 不僅否定了己的價值與能力, 甚而尚失了真實的自我。所以在輔導過程中, 首重協助共依附特質者面對自己的羞恥, 不再壓抑與否認, 以覺察羞恥所導引的不適應行為, 並釐清羞恥與罪惡的差異, 不再全盤歸咎於自我的失敗。此外, 可引導共依附者對原生家庭的探討, 以明瞭羞恥的源起, 同時卸下他人所投射的羞恥感, 重構健康的自我。

2. 協助共依附特質者設定適當的自我疆界, 促進親密關係的建立與維持。

本研究顯示, 共依附特質越高者, 其在愛情關係中, 親密感越低, 衝突與矛盾越多, 對關係的滿意度亦越低。在親密關係中, 真實的互動是維繫關係的核心因子, 但共依附特質者的自我疆界不清, 將自己的價值奠基於關係對方的需要與關注上, 在犧牲與奉獻自己的同時, 更模糊了彼此的界限與責任。而慣以假我運作的共依附特質者在看似黏膩的關係中, 卻無法達真正的親密。因此, 在輔導共依附特質者中, 不僅需協助其真我的浮現, 也促使其覺察在缺乏安全與信任感下, 期望黏膩卻又害怕親密的矛盾情感運作方式。而共依附特質者的自我界限不明, 除在個別諮商中, 協助其審視自己的疆域界限, 協助其重建適當的自我疆界; 更可透過伴侶諮商, 由兩人相互的坦露與設限中, 營造彈性且清楚的關係界限, 以促進親密關係的經營。

3. 重視中國文化的「社會取向」對個人的影響

由家族取向、關係取向與他人取向融合而成的社會取向, 宰制了中國人對自我與對他人的責任與義務, 也深深影響了中國人自我的特質、道德價值觀與人際關係模式。「大小我」的鑲嵌結構, 讓中國人置身於複雜的關係網絡中, 自我與他人的融合則更顯示出相依的矛盾與衝突。在諮商過程, 應更重視當事人所處的社會環境, 而運用系統的觀點, 當事人置於整體的文化背景進行概念化, 以提供更確實的協助。亦即在諮商的場域中, 圍繞著「人在脈絡」中的觀點運行。中國人對家庭的重視, 可由家庭緊密的關係中看出, 而或許這也是施行家族治療的有利因素, 經由家庭動力的運作與改變, 不僅促使個人的改變, 對家庭更是一個轉化的契機。

在中國文化的「社會取向」下, 強調個體對他人應盡的責任與義務, 不僅鼓勵甚至讚許以他人為重的行為模式, 而可能導致某種程度的「捨他人同行」。然而, 在西方個人主義的思維下, 重視他人而忽略自己的需求, 代表的卻是自我的不健全與人我界線的模糊, 歸屬於負向特質, 甚至可能被認為是心理的不健康。因此, 在界定中國人是否具有共依附特質中的「他人焦點/自我忽視」應納入文化的影響因素, 對於此特質的內涵需再予重新的定义。

4. 增進男性自我界限的分野

本研究發現男性比起女性更傾向以他人的需求為重, 而忽視自己的滿足。傳統文化對於男性常賦予「顧全大局」的重責, 在男性的角色期待中, 獨立自主常是自小即被灌輸的訓喻。然而, 在期望男性獨立自主, 同時又要求其擔負角色職責, 這樣的「雙重束縛」下, 徒增了男性在「做自己」與「負責任」的衝突與矛盾。因此在輔導方向, 應可協助男性在眾多的期望與要求下, 釐清自己的目標與需求, 並於外界要求與內在需求間, 找到一個可優游其中的平衡點。在角色職責的擔負上, 除僅是負起自己的本分外, 更可引導男性在角色扮演間覓得對自己的意義, 從中建立自我的價值, 而不再只是因身處其境, 就「必須」去做。

5. 協助男性學習情感的表達

由本研究結果可知, 在自我表達上, 男性比女性更傾向壓抑與否認自己真實的感受與想法。由於性別角色的期待, 激勵男孩減少或偽裝情緒的表達, 尤其是害怕或哀傷的情緒, 相較於女性可以自在的作出情緒反應, 男性則是不斷的自我壓抑(劉秀娟, 民 86), 也顯示出社會對男性「剛」與「競

爭力」的強化。然而，過度傳統的男性特徵，及過多的情緒限制是有礙於男性的心理健康(Good & Mintz, 1990)。輔導過程中，在鼓勵男性自我揭露的同時，也應關注男性對於情感壓抑的原由，並引導男性對於性別角色的自我鬆綁，學習說出自己真實的期待與情感，不僅有助於其心理健康，更可提升溝通的流暢。而在兩性教育上，澄清兩性刻板印象，亦不再強調單方的性別角色期待，取而代之的是性別角色特質的融合，以促進「剛柔並濟」的特質展現，也更提升生活的適應。

(二) 未來研究建議

1. 研究變項

(1) 共依附特質與性別差異

雖然許多文獻指出女性易與共依附特質相連結，但就國內外多位學者在性別差異與共依附特質之研究，卻呈現三種不同的結果，所以至今對於共依附特質於性別上的差異仍未有一致的結論。台灣目前所呈現之相關研究中，男性的共依附特質高與女性者居多，此與國外共依附特質的相關文獻或多數的研究結果並不相符，因而，若能廣泛蒐集國內外共依附特質於性別差異上的相關研究，作進一步的分析與探討，將有助於更清楚瞭解性別在共依附特質的意涵。此外，在共依附特質、自我感受與愛情關係品質中，性別或許是影響因素之一，因此，在未來相關研究中，建議性別可納入研究架構中，擔任調節變項之角色，以提供研究更多元的探討。

(2) 自我感受與愛情關係

羞恥與罪惡不僅是自己的感受，也會影響一個人的外在行為。Blavier 和 Glenn (1995) 更指出，羞恥感深植的個體，可能對伴侶隱藏自己，無法分享而限制親密的發展。由此可見，自我的羞恥與罪惡感，或許會影響其親密關係的發展。在未來研究中，可針對羞恥與罪惡感受與愛情關係間的相關，進行探討，以更瞭解，在親密關係中，羞恥與罪惡所扮演的角色。

2. 研究工具

本研究所使用的自我感受量表，主要是測量個體於當下狀態所感到自豪、羞恥與罪惡感受，雖然量表內容符合三個構念之定義，但研究者於量表回收後，從被剔除的無效量表中發現，在「共依附量表」、「自我感受量表」與「愛情關係品質量表」三個量表相較下，受試者在「自我感受量表」的作答呈現趨中現象（答「無意見」者），占最多數。因而研究者推測，在東方文化中，除對自滿的貶抑外，大學生對於羞恥與罪惡這樣的負向情緒，會因其不符合社會的期待，在作答時會出現中性的反應。

目前美國已發展出情境式量表，以測量自豪、羞恥與罪惡之感受。但囿於文化差異，相同的情境題在不同文化脈落下，可能會激起受試者不同的感受，而西方文化對於自我感受的界定，是否也適用於東方文化，亦令人質疑。在未來研究中，若期望瞭解中國人對自豪、罪惡與羞恥之感受，可以發展在中國文化脈絡下，自我感受的情境式量表，將更有助於對中國人自我感受的探討。

3. 研究對象

本研究以大學生為研究對象，而在愛情關係品質的評估，是以單方為出發點。然而，關係是由兩人互動而成，單方面的感受並未能涵蓋整個關係的品質。所以未來關於愛情關係之研究，若能同時納入愛情關係中的另一方，不僅可以全面的評估愛情關係品質，更可由雙方的反應，探究不同的人格特質傾向，對愛情關係的影響。

參 考 文 獻

王幼鈴(民 76): 依附情感的方式和特性。載於余德慧(主編): 中國人的愛情觀: 情感與擇偶(227-237 頁)。台北: 張老師。

- 王行(民85):回家的路太長--男性研究雜感。婦女兩性研究通訊,41期,17-19頁。
- 危芷芬(民89):華人的關係類型與人際義務。國立台灣大學心理學研究所博士論文。
- 何友暉、陳淑娟、趙志裕(民80):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。
- 余德慧(民80a):解剖中國社會的人際苦痛。載於余德慧(主編):中國人的愛與苦(118-130頁)。台北:張老師。
- 余德慧(民80b):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(291-364頁)。台北:遠流。
- 余德慧(民84):中國人心底的故事。載於余德慧(主編):中國人的愛情觀:情感與擇偶(1-14頁)。台北:張老師。
- 利翠珊(民84):夫妻互動歷程之探討:以臺北地區年輕夫妻為例的一項初探性研究。本土心理學研究,4期,260-321頁。
- 吳昭儀(民92):大學生共依附與愛情態度之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 吳秋月(民88):子女知覺父母婚姻暴力經驗、社會支持及共依附之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 吳麗娟(民86a):共依附的特質與治療。測驗與輔導,145期,3011-3014頁。
- 吳麗娟(民86b):個體化、自我分化的另一端--談共依附的意義與內涵。諮商與輔導,144期,33-37頁。
- 呂政達(民76):大學戀愛進行曲。載於余德慧(主編):中國人的愛情觀:情感與擇偶(12-18頁)。台北:張老師。
- 李美枝、鍾秋玉(民85):性別與性別角色分析論。本土心理學,6期,260-299頁。
- 卓紋君(民87):當今心理學界對愛情的研究與方向。中華心理衛生學刊,11卷,3期,87-107頁。
- 孟德祥譯(民88):愛的藝術。台北:志文。Fromm, E. (1979) *The Art of Loving*.
- 屈貝琴、陳雅玫合譯(民85):接納--走出羞愧的陰影。台北:校園書房。Smedes, L. B. (1993). *Shame and grace: Healing the shame we don't deserve*.
- 林宜旻(民84):愛情類型、嫉妒與關係滿意度之相關研究。國立政治大學心理學研究所碩士論文。
- 林淑芳(民91):中學生共依附特質與信任感之發展與相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 林筱婷(民94):大學生的共依附與其在愛情關係中的人際行為之關係。國立政治大學心理研究所碩士論文。
- 邱紫穎譯(民85):病態互依症候群。台北:生命潛能。Melody, P., Miller, A. W., & Miller, J. K. (1989). *Facing codependency*.
- 邱慕美(民91):大學生之家庭界域、共依附特質與人際適應之關係。國立政治大學教育學研究所碩士論文。
- 邱秋雲(民92):網路戀情者驚人特質與其網戀經驗之初探。國立交通大學傳播所碩士論文。
- 金耀基(民77):「面」、「恥」與中國人行為之分析。載於楊國樞(主編):中國人的心理(319-345頁)。台北:桂冠。
- 胡凡(民86):論中國傳統文化的恥感形成。學習與探索,108期,136-142頁。
- 殷于譯(民82):愛情上癮症。台北:張老師。Peabody, S. (1989). *Addiction to love*.
- 張芳榮(民93):愛情關係中對方衝突管理方式與自身關係滿意度之關聯。輔仁大學心理學系碩士論

文，台北。

張英熙(民 86): 男性特質與男性求助。輔導季刊, 33 卷, 4 期, 12-18 頁。

畢恆達(民 79): 走入歧途的男性氣概養成過程。兩性平等教育季刊, 12 期, 44-46 頁。

陳秀菁(民 91): 大學生的共依附特質、人際親密能力與親密感之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。

陸洛(民 92): 人我關係之界定-「折衷自我」的現身。本土心理學研究, 20 期, 139-207 頁。

程玲玲(民 89): 共同依賴的研究。行政院國家科學委員會專題研究報告(編號: NSC88-2413-Hu005a-002)。

黃光國(民 82): 自我實現與華人社會中的價值變遷。載於楊國樞(主編): 中國人的價值觀—社會學觀點(121-172 頁)。台北: 桂冠。

黃光國(民 94): 華人社會中的臉面觀。載於楊國樞、楊中芳、黃光國(主編): 華人本土心理學(365-405 頁)。台北: 遠流。

黃鈴蘭(民 91): 親密關係中的衝突與誤解—從兩性社會行為的差異談起。諮商與輔導, 202 期, 19-23 頁。

黃曬莉(民 94): 人際和諧與人際衝突。載於楊國樞、楊中芳、黃光國(主編): 華人本土心理學(521-566 頁)。台北: 遠流。

新苗編譯小組譯(民 89a): 走出共同依存的迷思。台北: 新苗。Beattie, M.(1987). *Codependent no more*。

新苗編譯小組譯(民 89b): 愛的太多的女人。台北: 新苗文化。NORWOOD, R. (1985). *Women who love too much*。

新苗編譯小組譯(民 90): 當愛成為枷鎖時。台北: 新苗。Halpern, H. (1982). *How to break your addiction to a person*。

新路編譯小組譯(民 87): 愛是一種選擇: 不在取悅他人, 拖累自己。台北: 新路。Hemfelt, R., Minitrh, F., & Meier, P. (1989). *Love is a choice*。

楊中芳(民 80a): 試論中國人的「自己」: 理論與研究方向。載於楊中芳(主編): 中國人·中國心: 人格與社會篇(93-146 頁)。台北: 遠流。

楊中芳(民 80b): 試論中國人的道德發展: 一個自我發展的觀點。載於楊中芳(主編): 中國人的心理與行為(1-48 頁)。台北: 桂冠。

楊中芳(民 82): 中國人真是具有集體主義傾向嗎? 試論中國人的價值體系。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。

楊中芳、彭泗清(民 94): 人際交往中的人情與關係。載於楊國樞、楊中芳、黃光國(主編): 華人本土心理學(483-520 頁)。台北: 遠流。

楊茜如(民 89): 大學生愛情觀、性別角色與兩性關係及相關因素之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。

楊國樞(民 71): 心理學研究的中國化: 層次與方向。載於楊國樞、文崇一(主編): 社會及行為學研究的中國化(153-188 頁)。台北: 中央研究院民族學研究所。

楊國樞(民 93): 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。本土心理學研究, 22 期, 11-80 頁。

楊國樞(民 94): 華人社會取向的理論分析。載於楊國樞、楊中芳、黃光國(主編): 華人本土心理學(173-214 頁)。台北: 遠流。

楊晴惠(民 89): 中文共依附評估量表信效度研究。長庚大學護理學研究所碩士論文。

葉明華、楊國樞(民 87): 中國人的家族主義: 觀念分析與實証研究。中央研究院民族所研究集刊,

- 83 期, 169-225 頁。
- 鄒智敏、楊中芳 (民 94): 以中國人自我的角度探討羞恥與內疚。蘇州大學主辦「第五屆華人心理學家學術研討會」宣讀之論文 (蘇州)。
- 雷霆 (民 80): 中國人的「自我」與「自己」: 形上與形下, 新理與心理。載於楊中芳 (主編): 中國人·中國心: 人格與社會篇 (147-200 頁)。台北: 遠流。
- 劉秀娟 (民 86): 兩性關係與教育。台北: 揚智。
- 劉惠琴 (民 88): 從辯證的歷程觀點看夫妻衝突。本土心理學研究, 11 期, 153-202 頁。
- 劉惠琴 (民 90): 大學生戀愛關係的維持歷程。中華心理衛生學刊, 14 卷, 3 期, 1-31 頁。
- 廣梅芳譯 (民 92): 愛, 上了癮。台北: 心靈工坊。Ito Akira. (2000). *Love addiction: You can find ture love, heal your past unfulfilled love and pain.*
- 蔡秀玲、吳麗娟 (民 87): 不同性別大學生的依附關係、個體化與適應之關係。教育心理學報, 30 卷, 1 期, 73-90 頁。
- 蔡秀玲、楊智馨 (民 88): 情緒管理。台北: 揚智。
- 蔡淑鈴 (民 91): 青少年的親子關係與共依附特質之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 蔡淑霞 (民 92): 單親父母共依附對其青少年子女教養態度及共依附影響之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。
- 簡麗純 (民 90): 檢測「中文共依評估量表」之信效度---以物質成癮個案及家屬為對象。長庚大學護理學研究所碩士論文。
- 顧瑜君 (民 76) 投契之愛的活泉—親密與激情。載於余德慧 (主編): 中國人的愛情觀: 情感與擇偶 (175-187 頁)。台北: 張老師。
- Anderson, S. C. (1994). A critical analysis of the concept of codependency. *Social Work, 39* (6), 677-685.
- Bedford, O., & Hwang, K. K. (2003). Guilt and shame in Chinese culture: A cross-culture framework from the perspective of morality and identity. *Journal for the Theory of Social Behavior, 33*(2), 127-144.
- Blavier, D. C., & Glenn, E. (1995). The role of shame in perceptions of marital equity, intimacy, and competency. *The American Journal of Family Therapy, 23*(1), 73-82.
- Bradshaw, J. (1988). *Healing the shame: That binds you*. FL: Health Communications.
- Cermak, T. L. (1991). Co-addiction as a disease. *Psychiatric Annals, 21*(5), 268-272.
- Cowan, G., & Warren, L. W. (1994). Codependency and gender-stereotyped traits. *Sex Work, 30*, 631-645.
- Cullen, J., & Carr, A. (1999). Codependency: An empirical study from a systemic perspective. *Contemporary Therapy, 21*(4), 505-526.
- Davis, K. E., & Latty-Mann, H. (1987). Love style and relationship quality : A contribution to validation. *Journal of Social and Personal Relationship, 4*, 409-428.
- Davis, K. E., & Roberts, M. K. (1985). Relationships in the real world: The descriptive psychology approach. In K. G. Gergen, & K. E. Davis (Eds.), *The social construction of the person* (pp. 144-163). New York: Springer-Verlag.
- Dear, G. E., & Roberts, C. M. (2002). The relationships between codependency and femininity and masculinity. *Sex Role, 46*(56), 159-165.
- Goff, J. F., & Goff, P. J. (1991). *Organizational co-dependence: Cause and cures*. CO: Niwor.
- Good, G. E., & Mintz, L. B. (1990). Gender role conflict and depression in college men: Evidence for compounded risk. *Journal of Counseling & Development, 69*, 17-21.

- Hands, M., & Dear, G. (1994). Co-dependency: A critical review. *Drug & Alcohol Review, 13*(4), 437-445.
- Hogg, J. A., & Frank, M. L. (1992). Toward of interpersonal of codependence and contradependence. *Journal of Counseling Development, 70*, 370-375.
- Hughes-Hammer, G., Martsof, D. S., & Zeller, R. A. (1998). Development and testing of the codependency assessment tool. *Archives of Psychiatric Nursing, 12*(5), 264~272.
- Lee, J. A. (1976). *The colors of love*. New York: Bantam Book.
- Levitz-Jones, Ellen, M., & Orlofsky, Jacob L. (1985). Separation-individuation and intimacy capacity in college women. *Journal of Personality & Social Psychology, 49*(1), 156-169.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition emotion and motivation. *Psychological Review, 98*, 224-253.
- Marschall, D. E., Sanftner, J., & Tangney, J. P. (1994). The state shame and guilt scale. In J. P. Tangney & R. L. Dearing (Eds.), *Shame and guilt* (pp. 239-240). NY: The Guilford Press.
- Martsof, D. S., Hughes-Hammer, C., Estok, P., & Zeller, R. A. (1999). Codependency in male and female helping professionals. *Archives of Psychiatric Nursing, 13*(2), 97-103.
- Martsof, D. S. (2002). Codependency, boundaries, and professional nurse caring. *Orthopaedic Nursing, 21*(6), 61-67.
- Martsof, D. S., Sedlak, C. A., & Doheny, M. O. (2000). Codependency and related health variable. *Archives of Psychiatric Nursing, 14*(3), 150-158.
- Mascolo, M. F., & Fischer, K. W. (1995). Developmental transformation in appraisals for pride, shame, and guilt. In J. P. Tangney & K. W. Fisher (Eds.), *Self-conscious emotion : The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp.64-113). NY: Guilford.
- O'Brien, P. E., & Gaborit M. (1992). Codependency: A disorder separate from chemical dependency. *Journal of Clinical Psychology, 48*(1) 129-136.
- Potter-Efron, R. T., & Potter-Efron, P. S. (1989) Assessment of co-dependency with individuals from alcoholic and chemically dependent families. *Alcoholism Treatment Quarterly, 6*(1), 37-57.
- Springer, C. A., Britt, T. W., & Schlenker, B. R. (1998). Codependency: Clarifying the construct. *Journal of Mental Health Counseling, 20*(2), 141-158.
- Tangney, J. P. (1995). Recent advance in the empirical study of shame and guilt. *American Behavioral Scientist. 38*(8), 1132-1145.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., & Gramzow, R. (1992). Shamed into anger? The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality & Social Psychology, 62*(4), 669-675.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). What is the difference between shame and guilt. In J. P. Tangney & R. L. Dearing (Eds.), *Shame and guilt* (pp.10-25). NY: The Guilford Press.
- Wagner, P. E., & Grameow, S. L. (2000). The test of self-conscious affect-3. In J. P. Tangney & R. L. Dearing (Eds.), *Shame and guilt* (pp. 207-214). NY: The Guilford Press.
- Wegscheider-Cruse, S. (1985). *Choicemaking*. Pompano Beach, FL: Health Communications.
- Wells, M., Glickauf-Hughes, C., & Jones, R. (1999). Codependency : A grass roots construct's relationship to shame-proneness, low self-esteem, and childhood parentification. *American Journal of Family Therapy, 27*(1), 63-71.
- Whitfield, C. (1989). Co-dependence: Our most common addiction-some physical, mental, emotion and

spiritual perspective. In B. Carruth & W. Mendenhall (Eds.), *Codependency: Issues in treatment and recovery* (pp. 19-36). NY: The Haworth Press.

收 稿 日 期：2006 年 03 月 17 日

一稿修訂日期：2007 年 09 月 10 日

二稿修訂日期：2008 年 04 月 01 日

接受刊登日期：2008 年 04 月 07 日

Bulletin of Education Psychology, 2008, 40 (1), 153-178
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Study on relationships among codependency, self-emotions and love relationship quality

Shih-Chieh Chen

Student Counseling Center
Chang Gung institute of Technology

Li-Chuan Wu

Department of Educational Psychology
and Counseling
National Taiwan Normal University

The purpose of the study was to investigate the relationships among codependency, self-emotions and love relationship quality. The sample consisted of 1007 college students (437 males, 570 females) at 7 universities in Taipei, Taiwan. Instruments used in this study included Chinese Codependency Assessment Tool, Self-emotion Scale and Love Relationship Rating Form. Data obtained in this study were analyzed by t-test and Canonical Correlation Analysis. The main findings were 1. There were significant gender differences in codependency and Males had stronger codependency than Females. 2. when college students had more codependency, they would have stronger feeling of "shame", "guilty" and weaker feeling of "pride". 3. when college students had more codependency, they would confront more conflict and ambivalence, lower intimacy in their love relationship and are less satisfied with their relationship.

KEY WORDS: codependency, college student, love relationship quality, self-emotions