

第一章 緒論

本章的主要目的在說明本研究動機、目的、研究問題，並對本研究的相關名詞做清楚明確的界定。全章共分為三節：第一節為研究動機與目的；第二節為研究問題與假設；第三節為名詞釋義。

第一節 研究動機與目的

本節分為兩個部份第一部分為研究動機，第二部份為研究目的。

一、研究動機

(一) 大學生主要發展任務為親密關係

大學生從長期的升學壓力下解放後，升學目標暫時消失，使不少大學生常陷入煩躁、迷惘和寂寞之中，這種情緒有時更被遠離父母、親人所帶來生活上的不便，情感上的失落加重，因此對親密關係有更多的嚮往（彭智越，1999）。有些人的愛情是因為寂寞而生，因為寂寞於是躲入愛情之中，卻發現愛情之中也避免不了寂寞，寂寞中找到愛情、愛情中找到寂寞，看來是那麼矛盾卻相依共生的狀態（張欣怡，2006），而從人生的角度來看，大學生正處於Erikson青少年晚期與成人前期的階段，此階段的發展危機是親密與疏離（intimacy vs isolation）（蘇建文，2002），若能透過分享想法與感受來與他人建立親密關係，則可以順利度過此發展階段。Kaczmark、Backlund 與 Blemer（1991）也認為大學生在這個階段對於親密關係的處理態度會影響其日後對於親密關係的處理。綜合上述，愛情關係在大學階段扮演著重要角色，透過與異性交往的過程裡，學習如何建立親密關係是這個時期的重要課題。

Hazan與Shaver（1987）是最早以依附觀點來看愛情的學者，他們認為愛情是一種依附的過程，情侶經此過程來形成彼此的關係連結，所以我們可以說男女朋友對個體而言是另一種形式的主要照顧者，透過與對方的互動過程來建立依附關係（吳孟珍，2007）。Hazan 和 Shaver（1987）進一步將成人的浪漫愛視為一

種依附過程（an attachment process），就如幼年時與主要照顧者建立情感連結一般，並認為幼年的依附風格類型，會發展成為對應的成人的友誼依附與愛情依附風格類型。而 Bartholomew 和 Horowitz（1991）是少數採取訪談方式研究成人在友誼和愛情關係的依附風格，透過訪談研究進一步將逃避依附分為兩種不同的型態，一種是內心其實期待親密關係，卻害怕被拒絕或不能信任他人；另一種是內心本來就不喜歡受親密關係束縛，較傾向獨立自主與自給自足，由此也讓研究者好奇依附風格的不同是否會影響個人在愛情關係中的期待或看法而不自知，而 Bartholomew 和 Horowitz（1991）將依附型態延伸為四個類別的人際依附風格，包括安全（secure）、焦慮（preoccupied）、逃避（fearful）與排除（dismissing），同時說明不同的依附類型會尋求不同的愛情關係，而從 Simpson 針對 144 對約會的情侶進行縱貫研究，發現不論對男性或女性而言，安全依附風格者比焦慮依附者和逃避依附者有較高的關係互賴、信任、滿意（引自王慶福，2000）。在王慶福（2007）也發現安全依附者對情感的親密和相互依賴較感到自在；逃避依附者比較不喜歡親近和依賴；而焦慮矛盾依附者比較黏纏，其在關係中尋求的親密和再保證，多於一般人所願意提供者，所以顯示人際依附風格確實在愛情關係發展上扮演了重要的角色。

（二） 個人相關愛情經驗所帶來的思考

人們自小所形成的依附行為，會隨著個體成長進入親密關係而以相同的行為模式呈現，而不同依附類型的人，在親密關係中也會伴隨著不同的行為與感受（張儷馨，2005），因研究者本身在依附關係上是屬於焦慮矛盾型，縱使還在關係當中，亦時常感到寂寞，研究者不免好奇其他有伴侶的大學生心中是否也跟研究者很類似，但當研究者將此感受分享給週遭男性或女性朋友時，所得到的結果很不一，有人很習慣對方常常不在身邊，有人卻覺得交往就是要時常膩在一起，對方如果沒有常常陪伴在旁邊，就會覺得很寂寞……，每個人對寂寞的主觀感受與需求不盡相同，有的人一個人時也覺得很自在；有的人覺得只要有人陪，就不覺得寂寞；有的人可能認為兩個人在一起，必須天南地北的聊聊心事，才算不寂寞；

有的人怕寂寞所以交男女朋友，但是交往之後，又害怕親密會讓對方不適應，所以在關係上，變的很容易感到衝突和矛盾，而婚姻治療專家John Gary在其著作「男女大不同」裡頭提到，愛情關係的矛盾之一是，我們感受到彼此的愛，但突然卻覺得和伴侶之間有了情緒上的距離，如女生會揣測對方如果愛她，那麼無須她要求，男生也會提供支持，她更能故意不要求，以考驗對方是否真的愛自己(引自蘇晴譯，2007)。其實不論男女，都想要在愛情當中被傾聽，但不僅止於傾聽，還希望被瞭解，希望對方能夠真正聽到我們所說，所思與所感(吳幸宜，1994)。讓研究者很好奇，究竟是因依附關係影響自身在愛情關係中的特質呈現，或是依附關係類型本身所導致的寂寞感，使研究者發現好像在一段愛情關係中，個人自身的依附類型，似乎會影響個人在愛情關係中的看法呈現，使研究者好奇不同依附類型的個體，在愛情關係中呈現的特質和感受是否會有所不同。

(三) 依附和寂寞的關係

在這個變遷快速的社會，人與人之間心理空間的距離相形漸遠，寂寞感經常充斥著現代人的心靈。雖然寂寞常被人們掛在嘴邊，然而寂寞是什麼呢？寂寞是一種個人在人際關係方面的缺陷所產生的負面情緒經驗(羅立人，1998)。而根據 Weiss(1982)從人際關係不足的觀點認為寂寞感是一種情緒剝奪的經驗，情感狀態包括會因社會人際網路的缺乏所形成的空虛無望感，或者缺乏依附對象時所產生的不安和孤獨(引自羅立人，1998)。不過寂寞除了包含孤單所指客觀狀態的孤獨一人，更強調其主觀感受中的負向情緒(邱瓊慧，2000)。而在1987年，Vincenzi與 Grabosky則認為，寂寞感是一種情感狀態的表現，並認為寂寞是來自於一種依附關係的渴望，一種具有親密感和安全感的關係，或是一種隸屬於某個團體的期望(引自陳金英，2003)。另外，在親密關係中相處的衝突，認為自己付出的愛比較深，而對方的愛卻讓人感受不到，這又是另一種的寂寞，因著不同依附關係類型，依附對方的需求程度也不同，強烈的期望與對方有心靈上緊密的連結，這樣的依附需求卻不可得時，也是一種寂寞，而造成寂寞的原因有可能是彼此影響或是在關係過程階段會交叉發生的狀況，其深層所代表的是一股

愛與被愛的心理需求，希望可以找到依附的對象，渴望獲得關心與在乎，若因為種種因素無法滿足，便會產生寂寞（張欣怡，2006；邱瓊慧，2000）。根據文獻來看，寂寞感是對於依附關係的渴望或是缺乏依附對象時所產生的不安有關，那如果從依附觀點來看待愛情關係會是一種強調彼此互動的聯結關係；情侶倆人在一起的時候會有愉快的情緒，分離時會感覺到不舒服，這樣的特質與Bowlby的依附關係是相似的（吳嘉瑜，1996）。而依附理論的主要概念，就在說明人類有和他人發生強烈情感連結的傾向，當這種連結被威脅或破壞時，個體會產生強烈的情緒反應，其中也包含寂寞的感受（蔡鳳薇，2006）。國內許多研究也顯示，焦慮矛盾型依附與逃避型附的大學生比安全依附型的大學生有更多的寂寞感、人際、情緒、壓力因應等問題（吳孟珍，2007；黃碧慧，2002；吳嘉瑜，1998），可見個人的依附型態對自我寂寞感的感受程度似乎有關係。

（四） 回顧相關研究更確定想研究依附風格、愛情關係品質和寂寞感的關係

雖然國內已有許多研究依附關係與愛情的研究，但過去文獻的研究重點多只放在依附關係和愛情滿意度高低上（郭淑君，2008；陳怡懌，2008；鄭羽芯，2005），較少針對愛情關係特徵呈現的部分做探討，而在王慶福（2000）的研究中，發現依附風格會影響愛情關係適應，不同情侶依附風格配對下會有不同的愛情關係發展狀況，可見依附關係和愛情關係的品質是有相關存在，而在愛情關係相關研究中，依附關係和寂寞感在國內的研究多著重在探討單身者的寂寞感（李佳蓉，2009；陳儷文，2006；詹喬軍，2004），而羅立人（1999）「大學生的依附風格與寂寞感之相關研究」，有直接研究大學生依附關係和寂寞感的相關，根據其研究結果顯示，不同依附風格大學生在寂寞感上呈現顯著差異，寂寞感的程度上，逃避型依附最高；焦慮矛盾型依附次之；最低的是安全型依附。但並未對不同依附風格男女的寂寞感差異上未有進一步探究，而至於不同依附風格的人在愛情關係中，寂寞感和關係品質會有怎樣的呈現，在國內都缺乏進一步的研究，本研究將著重不同性別和依附風格大學生，在愛情關係和寂寞感有相關之間存在什麼差異。

有鑑於此，目前對於大學生的依附風格和寂寞感及愛情關係的品質可以再深

入研究，若能對不同性別男女大學生在愛情關係中的差異有進一步的釐清，將可提供大學生了解不同性別、不同依附關係和自身寂寞感和在愛情關係中所呈現的特質，期待能因找到適合自己降低寂寞感的方法，俾順利度過大學生在發展上尋找親密伴侶的重要任務。對諮商輔導人員而言，若能對「愛情關係品質和寂寞感」進一步掌握具體的變項及變項間的關係，將增進處理大學生感情問題時的知能。因此，不論從理論或應用的角度，本研究認為需要對不同依附風格男女大學生的愛情關係品質和寂寞感加以探討。

由上述的研究可得知，自身依附類型和寂寞感有關，而不同性別不同依附風格大學生在愛情關係裡的愛情關係品質呈現值得加以探討，而這亦是研究者從事此研究之動機，期盼能藉由此研究更深入的探討影響大學生愛情關係的相關因素。本研究之研究目的有下列幾點，期能針對愛情關係提出具有建設性的建議，並將其應用在諮商輔導實務上。

二、研究目的

基於以上研究動機，研究目的如下所述：

- (1) 探討大學生目前在依附風格、愛情關係品質和寂寞感之現況。
- (2) 了解不同性別大學生在依附風格類型分配比例上的相關情形。
- (3) 了解不同性別和依附風格大學生，在愛情關係品質上的交互作用情形。
- (4) 了解不同性別和依附風格大學生，在寂寞感上的交互作用情形。
- (5) 了解大學生在性別、依附風格類型、愛情關係品質對寂寞感之預測力。
- (6) 根據研究所得結果提出建議，做為未來相關研究與輔導工作的參考。

第二節 研究問題與假設

一、根據上述之研究動機與目的，本研究主要探討下列問題：

- (1) 大學生在依附風格、愛情關係品質和寂寞感的現況為何？
- (2) 不同性別（男、女）大學生其依附風格類型（安全型、焦慮型、逃避型、防衛型）上的分配比例為何？
- (3) 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質上的差異情形為何？
- (4) 大學生不同性別和依附風格，在寂寞感上的差異情形為何？
- (5) 大學生性別、依附風格、愛情關係品質是否能有效預測寂寞感？

二、根據上述之研究問題，提出下列研究假設：

- (1) 不同性別（男、女）之大學生在依附風格類型（安全型、焦慮型、逃避型、防衛型）的分配比例上有顯著相關。
- (2) 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質上的差異情形。
 - 2-1 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質量表的整體得分上有交互作用存在。
 - 2-2 大學生不同性別，在愛情關係品質量表的整體得分上有顯著差異存在。
 - 2-3 大學生不同依附風格，在愛情關係品質量表的整體得分上有顯著差異存在。
 - 2-4 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質量表的「接納/尊重」分量表得分上有顯著差異存在。
 - 2-5 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質量表的「親密」分量表得分上有顯著差異存在。
 - 2-6 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質量表的「激情」分量表得分上有顯著差異存在。
 - 2-7 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質量表的「照顧」分量表得分

上有顯著差異存在。

2-8 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質表的「整體滿意」分量表得分上有顯著差異存在。

2-9 大學生不同性別和依附風格，在愛情關係品質表的「衝突/矛盾」分量表得分上有顯著差異存在。

(3) 大學生不同性別和依附風格，在寂寞感上的差異情形。

3-1 大學生不同性別和依附風格，在寂寞感量表的整體得分上有交互作用存在。

3-2 大學生不同性別，在寂寞感量表的整體得分上有顯著差異存在。

3-3 大學生不同依附風格，在寂寞感量表的整體得分上有顯著差異存在。

(4) 大學生性別（男、女）、依附風格（安全型、焦慮型、逃避型、防衛型）及愛情關係品質表整體得分能有效預測寂寞感量表整體得分和寂寞感各分量表得分。



第三節 名詞釋義

一、大學生

係指國內公私立大學之大學生，本研究所指的大學生是指就讀於全國各大學並有戀愛經驗之大學生。

二、依附風格

依附是一種從幼年時期就發展、具有持久穩定的特性的人際親密關係或人格特質，而這樣的人格特質會延續至成年期，並在兩性交往中自然顯現出不同愛情關係傾向（王慶福，1995）。

本研究是以王慶福（1997）根據Bartholomew和Horowitz（1991）的四種人際依附風格之理論架構，所發展的「人際依附風格量表」為評量工具，作為研究對象依附風格的判斷依據，包括安全依附型、焦慮依附型、逃避依附型、排除依附型。而「排除依附型」的命名為避免混淆其意義，所以在本研究皆以「防衛依附型」命名討論，而四個分量表之分數愈高，代表該依附風格傾向愈強，以分數最高之分量表為其依附風格，再者，當兩分量表同分時，將由第二部份人際依附風格自評排序來歸類出受試者的依附風格為何。

三、愛情關係品質

愛情關係品質是指大學生在所處的愛情關係中，對關係特徵的評估（陳詩潔，2005）。本研究所指之愛情關係品質是指在陳詩潔於2005年所修訂的「愛情關係評價量表」上的得分來評定愛情關係品質，其中包含接納與尊重、親密、激情、照顧、衝突/矛盾與整體滿意度六個分量表，因衝突/矛盾此分量表皆以反向記分，故各分量表得分越高者，表示在愛情關係中該特徵越明顯，而整體得分越高代表其愛情關係品質越佳。

四、寂寞感

寂寞感係指為因為某種特定人際關係的缺乏，或是真實與期望的人際關係之間的落差，而產生的一種不愉快的主觀情緒、感受、經驗與反應(Perlman & Peplau, 1982)。

本研究所指的寂寞感係指受試者在胡景雲(1990)所編製的「寂寞量表」的得分來表示寂寞感感受程度，此一量表又可細分為「孤立感」、「社會支援」、「缺乏知心朋友」、「自我標示」、「外向性」、「疏離感」及「缺乏情緒依附」七個分量表，而「社會支援」因其命名較為正向，為避免產生混淆，故在本研究皆以「缺乏社會支援」命名討論，而各分量表分數越高即代表在此寂寞感受較高，在總量表中總分愈高，表示寂寞程度愈高；反之，總分愈低，表示寂寞程度愈低。

