

第六章 討論與建議

第一節 討論與建議

本研究所提出的社交互動焦慮與憂鬱的階層特徵預測模式在 SEM 的統計考驗上獲得支持。階層特徵預測模式認為 PA、NA 乃社交互動焦慮與憂鬱的脆弱因子，FNE、FPE 則屬於症狀群向度，本研究分析結果顯示，相較於將 FNE、FPE 列為中介因子的競爭模式，階層特徵預測模式更能合理地解釋社交互動焦慮與憂鬱的病理現象。而將 PA、NA 視為高階，作為焦慮類別疾患或憂鬱疾患的脆弱因子，如此階層關係也與 Brown 等人（1998）、鄧閔鴻與張素凰（2006）的研究結果一致。此外，階層特徵預測模式認為 NA 為憂鬱與社交互動焦慮的一般因子，低 PA、FNE 為兩者的特殊因子、FPE 則屬社交互動焦慮的獨特因子，而上述一般因子與特殊因子即社交互動焦慮、憂鬱兩疾患的共同因子，FPE 獨特因子則為區分兩疾患關鍵的區分因子，也在統計分析中獲得支持。其中 NA 與低 PA 乃憂鬱與社交互動焦慮的共同因子的概念亦再次驗證了 Brown 等人（1998）、Hughes 等人（2006）、與 Watson 等人（2005）的論點，即憂鬱與焦慮的三元模式中，社交互動焦慮確實有著與憂鬱類似的特質樣貌：高負向情感與低正向情感。再者，本研究結果之一，社交互動焦慮能預測著具有 FNE 的特徵，也呼應了 Kotov 等學者（2007）所提出的焦慮疾患的多層特質預測模式之研究結果：社交焦慮具有 FNE 此一特殊因子。

然而筆者原先假設 FNE 展現在社交互動焦慮上的歸因變異量將大於憂鬱，則在研究分析結果中未獲得支持。雖然社交互動焦慮到 FNE 路徑之標準化解為 .35、憂鬱到 FNE 路徑之標準化解為 .17，看似有所差異，但透過卡方差異檢定，在 SEM 架構下，設定社交互動焦慮到 FNE 路徑、憂鬱到

FNE 路徑相同之模式的卡方值，與設定這兩路徑作自由估計之模式的卡方值，其差異未達顯著，故無法宣稱兩路徑標準化解有所差異，即研究結果顯示社交互動焦慮與憂鬱對 FNE 的預測性無顯著差異，在統計上，FNE 展現在社交互動焦慮與憂鬱的歸因變異量是無差異的。所以即便筆者認為比起憂鬱者，多了公開自我意識特質的社交互動焦慮應更能預測得 FNE，然而目前依本研究結果看來，皆為低自尊的社交互動焦慮者與憂鬱者兩方，可能都存在有著對負向評價程度旗鼓相當地敏感，具有高公開自我意識特質可能不一定使社交互動焦慮能預測出更多的 FNE 特徵，或許兩疾患本身的低自尊狀況，已能影響兩疾患的害怕負向評價特徵達到某程度上效果，亦或許高公開自我意識特質對社交互動焦慮者所增加的影響，可能多數反應在社交互動焦慮對 FPE 有著中高程度上的預測能力。但，究竟在樣本數提高之下，社交互動焦慮到 FNE 路徑、憂鬱到 FNE 路徑之標準化解就能觀察到有不同情形，即 FNE 展現在社交互動焦慮上的歸因變異量是大於憂鬱，則待進一步驗證。

到目前為止，本研究驗證了 Mineka 等人（1998）所提出焦慮與憂鬱的整合階層模式中對憂鬱與社交焦慮的假設。但誠如 Mineka 等（1998）、Kotov 等（2007）學者尚不能滿足於目前三元模式等後續相關理論之架構、並建議加入其他特質、特徵等，以擴充目前模式架構，目的除了使之更能解釋疾患之間的共病現象，亦能對不同疾患具有區辨能力；以及 Kotov 等學者（2007）建議焦慮疾患的多層特質預測模式應再加入憂鬱疾患來了解各特質間與憂鬱、焦慮疾患之關係。本研究模式即為上述學者模式之再探與擴充，但將目標鎖定在社交互動焦慮與憂鬱間的關連性與區辨性，其導入的 FNE 與 FPE 兩特徵，即針對 Mineka 等人（1998）、Hughes 等人（2006）研究對憂鬱與社交互動焦慮之區辨力不足情形進行補強，設定 FNE 皆為兩疾患的特殊因子，FPE 則作為社交互動焦慮的獨特因子、乃兩疾患的區分因子，並獲得驗證。故本研究之社交互動焦慮與憂鬱的階層特徵預測模式已對 Mineka 等學

者（1998）的整合階層模式作了一部份的擴充。

憂鬱與低 PA 間的關連性不難理解，因 PA 所包含的情緒有喜悅（joyful）、活躍（active）、熱情（enthusiastic）、感興趣的（interested）等等，而低度 PA 即為一種缺乏快樂（anhedonia）的感受。然而低 PA 與社交互動焦慮間的關連性現象如何闡述？Kashdan（2007）即針對社交焦慮與 PA、好奇心（curiosity）之相關文獻進行整理、與後設分析，其研究顯示社交焦慮存在著正向經驗消減（diminished）情形，此現象可能來自於社交焦慮者極為憂心社交評價以致過度地作自我整飾（self-regulation），然而過度自我整飾可能導致大量消耗有限認知資源、而固著於之，無法進一步探索或感受正向回饋。有時更因無法容忍焦慮感進而直接採取逃避策略。但不管是逃開社交情境，或是固著於過度自我整飾，都無法讓社交焦慮者獲以探索社交世界、得到正向回饋的美好與愉悅，致使社交焦慮者正向情緒、經驗被維持在低度的狀態，以上 Kashdan（2007）的整理與論述將重點擺放在社交焦慮者其行為如何影響、導致低 PA 的情況，不過在本研究中則比較探討的是低 PA 對社交互動焦慮的影響。事實上，PA 的概念即類似於外向性（Extraversion）特質的概念，外向性程度越高，個體越樂於且主動地參與社交群體活動，反之，外向性程度低者，則越少主動積極參與社會活動，故正向情感程度低者，可能參與社交活動興致較為低落，也可能越無法從中獲得樂趣，甚至進而發展成為社交互動焦慮疾患。

在社交互動焦慮與憂鬱的階層特徵預測模式中，憂鬱與社交互動焦慮皆能預測具有 FNE 此一特徵，社交互動焦慮則能預測具 FPE 此特徵，故本研究模式說明著同時擁有低 PA 與高 NA 兩類脆弱因子可能影響個體發展成為憂鬱與社交互動焦慮這兩疾患，然而憂鬱與社交互動焦慮兩疾患所具有的症狀將不大一致：憂鬱與社交互動焦慮會對負向評價有著過度敏感或害怕的特徵；社交互動焦慮除了對負向評價感到害怕外，對正向評價也有著害怕感

受。是故憂鬱與社交互動焦慮兩疾患間的高共病率之解釋來自於兩造之間共同具有一致的脆弱因子，而兩造之間各自擁有不大一致的症狀，則可探究或顯示兩疾患間病理機制上亦有差異。因低自尊，憂鬱者可能對負向評價有著過度敏感的情形，然而低自尊加上公開自我意識程度高昂的社交焦慮者，其對團體法則遵從度高、過份在意他人評價等，社交互動焦慮者不論對正向或負向評價都可能感到害怕，相較於憂鬱，其評價害怕出發點之社會性層面應更為深厚，即憂鬱者可能較關注於自身狀態，社交互動焦慮者則關注於委身於大環境脈絡下的自己與社會間的互動。出自於 Gilbert (2001) 的心理演化理論中「害怕表現優秀 (fear of doing well)」的 FPE 概念，從 Gilbert 角度觀之，社交焦慮者害怕表現得好的原因在於自認弱勢、加上地位提高後可能引發的社會競爭而削減原本低調處世所獲得的利益，Weeks 等人 (2007) 研究確實發現 FPE 與具有社經地位高低意涵的服從行為量表 (Submissive Behavior Scales) 之間具中等程度相關。此即透露著社交互動焦慮不僅僅努力著順服團體法則、避免困窘情境等，也戮力於不突出於外、不高調處事，故高公開自我意識的社交互動焦慮者可能是悉心地比對與保持著自己與社會團體間的「一致性」與平衡—憂心過於低劣、但也不肯表現出色，然而私下自我意識程度較高的憂鬱者則可能比對著的是自己的表現是否達到了自我要求的標準。

本研究目的之一包括找出區辨社交互動焦慮與憂鬱兩疾患間的獨特因子，研究假設 FPE 為社交互動焦慮的獨特因子也在統計分析中獲得支持，FPE 確實可以區分出社交互動焦慮與憂鬱間的不同。文獻探討中曾以 Joiner、Alfano 以及 Matalsky (1992) 的憂鬱者的「過度尋求再保證」傾向來論述何以稱 FPE 乃社交互動焦慮之獨特因子，後續 Joiner 與 Matalsky (1995) 的研究再加入了「自我提升 (self-enhancement)」需求，說明憂鬱者為何易於一再出現尋求再保證的行為表現，且 Joiner 與 Matalsky (1995)、

Swann、Wenzlaff、Krull、與 Pelham (1992) 的研究都顯示著憂鬱者尚存有
著此需求。然而就 Gilbert 心理演化的角度，社交互動焦慮的「害怕表現優
秀」以及具有 FPE 的特徵，恐怕社交互動焦慮在社交表現上已缺乏自我提
升的需求，因此社交互動焦慮者與憂鬱者在面對正向評價時，有著不一反
應。但由於關於社交焦慮與自我提升之間的研究相當缺乏，尚待更多研究以
佐證之。

FPE 作為社交互動焦慮獨特因子的概念之貢獻可能不僅於此。社交焦慮
之認知行為取向病理模式兩大理論 (Rapee & Heimberg, 1997; Clark & Wells,
1995) 都將重點之一擺放在社交焦慮者對負向評價過度的擔憂與其後果所帶
來的災難、損失，然而 FPE 此一概念的成立與其對社交互動焦慮的特殊意
義性可能還大過於 FNE (在本研究假設模式中，SEM 分析結果顯示社交互
動焦慮到 FPE 路徑的標準化解為 .65; 社交互動焦慮到 FNE 路徑的標準化
解則為 .35)，或許意味著不論是在病理研究上或是治療上，僅關注於負向
評價對社交互動焦慮者所帶來的影響與衝擊是不夠的，因即使直接給予社交
互動焦慮者正向社交回饋、或是良好的正向互動經驗 (如：友善的研究者同
謀)，正向回饋只會帶給具有高 FPE 特性的社交互動焦慮者不舒服感受，並
認為此正向回饋的正確度低、對下次與同一位友善同謀的社交互動作負面預
期 (Weeks et al., 2007)，故不僅於認知上社交互動焦慮者未能吸收正向回饋
與經驗於自身基模內，還會帶來情緒上的不舒服感，是否乃因社交互動焦慮
者對自身社交能力的毫無信心，以致於從自我確證理論 (self-verification
theory; Giesler, Josephs, & Swann, 1996) 的角度：人們期望獲得他人給予其
自認為是正確的評價，來強化自身可預測性、與可控制感受的知覺，正向回
饋已與自我概念不符故產生了不舒服感受，而為求降低不舒服感，進而質疑
正向回饋的正確度，並作負面預期，或許後進研究者可朝此方向追蹤之。

Weeks 等人曾經建議現行社交焦慮疾患的認知行為療法可再加入 FPE

元素，如對 FPE 的自動化思考作認知重構，或者，因正向社交回饋會帶給社交互動焦慮者不舒服感受，故可進行暴露法處理之等等。且從本研究的角度，社交焦慮的認知行為療法若僅處理負向評價部分恐怕是不足的，亦應讓正向社交回饋納入社交互動焦慮者自我基模內、改善社交互動焦慮者對正向評價的不舒服感受，如此可能得以更為提升治療成功率。

第二節 研究限制與建議

本研究依據向度取向以非臨床樣本（大學生）作為研究受試者群，然而如 Kashdan（2007）的後設分析研究發現採用社交焦慮的臨床樣本相較於社區樣本，社交焦慮特質與正向經驗消滅之間的關係更為穩固，這可能因達臨床程度的社交焦慮患者其低正向情感、或正向經驗減弱的情況將較為明顯。故或許在本研究架構底下採用臨床樣本或不侷限於大學生、使用社區樣本等作資料分析，能帶來豐富的發現或更為穩固的驗證。再者本研究收集資料的方式為自陳量表，然而若以晤談方式作為資料收集之方亦可能帶來自陳量表所收集不到的獲益，後進研究不妨考量之。

本研究在 FPE 潛在變項上以 FPES 量表拆解為兩份次量表作為兩個 FPE 測量變以估計之，然而在假設模式 SEM 考驗中作為測量變項之一的 FPE 6-9 其用以估計 FPE 潛在變項的迴歸係數標準化解為 .69，僅能解釋約 47 % 潛在變項的變異（圖 4），相較於其他量表對所估計的潛在變項上的迴歸係數，此次量表對潛在變項 FPE 的解釋力偏低，測量誤差較大，需加留意。雖然本研究受限於此，但假設模式在適配度檢定上仍獲得良好契合度指標，不過未來亦應需考量是否進一步刪除 FPES 中信、效度較差的題目，以提升測量工具的品質。