

害羞、婚姻溝通和婚姻滿意度的相關研究

蘇素美*

國立高雄師範大學師資培育中心

本研究以婚姻的「脆弱－壓力－適應」模式去探討害羞、婚姻溝通和婚姻滿意度的關係。選取 366 位已婚者為研究對象，以「害羞量表修訂版」、「婚姻溝通量表」及「婚姻滿意度量表」為研究工具，採用結構方程模式進行分析。主要研究結果為：(1) 害羞對婚姻溝通有負向的直接效果，顯示害羞特質對婚姻溝通會有負向的影響。(2) 婚姻溝通對婚姻滿意度有正向的直接效果，顯示婚姻溝通可以正向的預測婚姻滿意度，婚姻溝通愈良好的個體，對婚姻的滿意度愈高。(3) 婚姻溝通完全中介害羞和婚姻滿意度之間的關係，顯示害羞對個體婚姻滿意度的影響，完全是透過婚姻溝通而產生的。(4) 男女生在害羞對婚姻溝通的徑路係數上有顯著差異，男生的徑路係數比女生更大，顯示害羞對男生的婚姻溝通之負面影響比女生要更為深遠。本研究結果證實了 Karney 和 Bradbury (1995) 所提出婚姻的「脆弱－壓力－適應」模式中「脆弱性」、「適應過程」和「婚姻品質」三個要素之間的關係，害羞此項持久性的弱點會影響個人在婚姻中的適應過程，而個體在婚姻生活中的適應過程，會影響到其對婚姻的滿意程度。本研究針對研究結果，對教育與輔導及未來的研究方向提出建議。

關鍵詞：多群體分析、害羞、婚姻溝通、婚姻滿意度。

壹、緒論

Karney 和 Bradbury (1995) 檢核解釋婚姻品質和婚姻穩定性改變的相關理論，計有社會交換、行為、依附，以及危機等四個理論觀點，並且分析 115 篇有關婚姻的長期研究，其中所蒐集的研究參與者超過 45000 位已婚者。Karney 和 Bradbury (1995) 在整合了上述婚姻理論的優點，以及實徵結果的研究建議之後，提出了婚姻的「脆弱－壓力－適應」模式 (vulnerability-stress-adaptation model of marriage, VSA model)，從個體的持久性弱點、婚姻中所經歷的壓力事件 (stressful events)，以及適應的過程 (adaptive processes)，來探討婚姻的改變，他們認為結合這三個要素，可以對婚姻隨著時間而改變的情況，提供

* 通訊作者：蘇素美，email: t1696@nknuc.nknu.edu.tw

最大的訊息。依此模式，夫妻會面對一系列必須去調適或適應的壓力事件，而適應的能力將部分被個人所擁有的持久脆弱性所影響。適應歷程有效能的夫妻有較少的脆弱性，所遇到的壓力事件也較少，對婚姻的滿意度較高，婚姻也比較穩定；而無效能適應歷程的夫妻則有較多的脆弱性，會遇到較多的壓力事件，對婚姻感到不快樂，甚至會分居或者是離婚 (Bradbury, Cohan, & Karney, 1998: p.294)。此理論得到學者們的關注，並獲得多篇實徵研究上的支持 (Bradbuty et al., 1998; Cohan & Bradbury, 1997; Hanzal & Segrin, 2009; Karney & Bradbury, 1997; Woszidlo & Segrin, 2013)。

研究者長期關注害羞議題的相關研究，發現國外害羞的研究，大多以大學生為研究對象，而且很少針對已婚者進行探討，去了解害羞和婚姻狀況的關係。由於研究已證實，害羞是一種人格特質 (Browne & Howarth, 1977)，具有生理的基礎 (Henderson & Zimbardo, 1998)，和遺傳有所關聯 (Arbelle et al., 2003)，而且對個體的影響會持續到成年 (Caspi, Elder, & Bem, 1988; Kerr, Lambert, & Ben, 1996)。而害羞對個體人際上的負面影響也已獲得諸多研究的證實 (Bruch, Berko, & Haase, 1998; Zimbardo, 1977)，顯示害羞對個體人際關係的發展是一個脆弱的因子，甚至是造成個體寂寞 (Chen, Yang, & Wang, 2013; Zhao, Kong, & Wang, 2013) 或憂鬱 (Joiner, & Perry, 1994; Joiner, 1997; Alfano, Romney & Bynner, 1997) 的危險因素。而在害羞和婚姻關係的研究中，研究發現已婚的害羞者對婚姻的滿意度較低 (Baker & McNulty, 2010; Luster, Nelson, & Busby, 2013; Tackett, Nelson, & Busby, 2013)，Luster 等人 (2013) 的研究則發現害羞者婚姻滿意度較低的原因，乃在於其婚姻溝通較不良所造成的。蘇素美和吳裕益 (2014) 研究發現，害羞者感受到較低的婚姻親密度，更多的寂寞感。顯示害羞對個體的不良影響，仍然持續到婚後的生活當中。因此，研究者乃將害羞視為 VSA 模式中的持久性脆弱因子，對害羞在婚姻關係中的影響進行探討。

另外，在 VSA 模式中，適應的過程乃是指夫妻解決婚姻問題的行為或方法，如解決衝突的型態，或者是溝通的行為 (Hanzal & Segrin, 2009)。個體所具有的持久脆弱性會影響適應的過程，而適應的過程則關係到婚姻品質的良窳，以及婚姻的穩定性。研究指出，害羞者缺乏與人互動的溝通技巧 (Miller, 1995)，也比較不會處理家庭中的人際衝突 (Caprara, Steca, Cervone, & Artistico, 2003)，因此，研究者乃以「婚姻溝通」為適應過程此因素的指標，探討其在害羞和婚姻關係之間所扮演的中介角色。至於 VSA 模式中的婚姻品質，本研究則以個體對其婚姻關係的正向評價－「婚姻滿意度」為觀察指標。由於 VSA 是一個統整的模式，除了上述三個要素之外，還有「壓力事件」及「婚姻穩定性」兩個要素，不過，由於研究人力的限制，並不在本研究所要探討的範圍。

本研究主要探討 VSA 模式中的脆弱性、適應過程和婚姻品質三個要素，分別以「害羞」、「婚姻溝通」以及「婚姻滿意度」為指標，除了探討三個變項之間的關係，也對婚姻溝通在害羞和婚姻滿意度之間的中介效果進行分析。以下擬分成「害羞概念及其文化意涵」、「害羞與婚姻溝通」、「婚姻溝通與婚姻滿意度」、「害羞與婚姻滿意度」、「婚姻溝通在害羞和婚姻滿意度之間的中介關係」，以及「男女生的害羞特質對婚姻溝通及婚姻滿意度的影響」等六部分進行文獻探討。

一、害羞概念及其文化意涵

Leary (1986) 指出，害羞至少有十四種以上的不同定義，雖然各種定義不完全相同，但依據其相似性，可以歸納成三大類：(1) 害羞是在人際情境中產生憂慮、恐懼、緊張不安的主觀經驗 (e. g., Buss, 1980)；(2) 害羞是一種抑制、沈默或社會逃避的行為型態 (Pilkonis, 1977a)；(3) 害羞是一種心理的症狀，包括主觀的社會焦慮和抑制、逃避等行為 (Jones & Russell, 1982)。然而，臨床上、心理測量、實驗及觀察研究對於害羞者在社會互動的典型反應卻有相當一致的結論：緊張的感覺、特定的生理症狀、敏銳的自我意識、害怕他人給予負面的評價、笨拙、抑制和沉默 (Briggs, Cheek, & Jones, 1986)。本研究綜合學者對害羞之看法，以及害羞者所表現的症狀，將害羞定義為：「害羞是一種人格特質，具有這種特質的人在社會情境中易產生內在的主觀的焦慮，傾向於逃避可能引起別人注意的情境，在社會互動中會抑制自己的行為表現，因而無法適當地與人交往，並常伴隨著消極的認知、負面的情緒、笨拙的外顯行為，以及不舒服的生理現象。」(蘇素美、吳裕益, 2008)。

不同的文化賦予害羞截然不同的面貌和地位，華人文化可能對害羞有更大的包容性。楊國樞 (1992, 頁 14) 指出，中國人的社會取向 (social orientation) 性格非常強，相當重視外在的社會情境和社會現實，並且非常在意別人的看法，常常為了符合社會情境的特徵與要求，違背自己的原意，表現出適合那個情境的反應，以迎合外界。中國人的這種社會取向，促使個體在行為之前常會問「別人會怎麼看」的問題，而且對他人或社會的反應與判斷極為敏感。中國的儒家文化總是強調個體要謙虛，因此，往往把個人的成就歸因於外在的因素，如父母的養育之恩、師長的諄諄教誨，甚至是感謝上天的安排，但是對個人的失敗，卻又往往「反求諸己」，將責任歸罪在自己身上。在這種文化的薰陶之下，促使個體在人際當中採取行動之前會「三思而後行」，仔細考慮別人可能的看法，以免在別人面前丟臉，而且個體對採取行動也會更為保守謹慎，因此，在華人文化中害羞的流行比率比西方國家高 (Zimbardo, Pilkonis, & Norward, 1975)。不過，楊國樞 (1988) 也指出，隨

著工業化及現代化的過程，台灣中國人的傳統性格正在轉變為現代性格，從社會取向的特質轉變為個我取向。其特點是認為個人先於團體，個人是價值的中心，其尊嚴與福利應受到最大的尊重，追求個人的表現與成就。強調個人要忠於自己的意見與感受，以達到自我肯定和自我實現的境界。同時，也敢在思想和言行上內外一致，不太在乎別人對自己的批評與看法，為了表示獨立的分析、判斷、抉擇及行動，不惜犧牲自己和他人的和諧關係。在個我取向社會文化之下成長的個體，可能較不會害羞，因其是以個人的價值為重心，較不在乎別人的批評和看法，這與西方文化之特質相近。

Chen 和 French (2008) 指出社會行為在不同的文化之間有非常不同的意涵。害羞在東西文化中所代表的意義也有所不同，在西方個人主義的文化中，個體的自主性和自我肯定的社交技巧乃是社交成熟的指標，害羞被視為一種社交上的無能；但在集體主義的社會中，為了維持團體的和諧，個體必須要抑制自己的慾望和行為，因此，害羞可能會被正面評價，因其有助於團體組織的運作 (Chen, 2010)。研究發現，在像中國較集體主義的文化中對害羞有更正向的評價，害羞和個體的心理幸福感、同儕關係和學校能力有正向的關聯 (Chen, Rubin, & Sun, 1992)。但是，在中國社會快速朝向市場導向的經濟發展中，有研究顯示，害羞行為的適應性價值在中國已漸式微，在都會區中，害羞和個體的社會情緒困難有所關連，包括被同儕所拒絕、在學校缺乏領導能力，甚至出現憂鬱的症狀 (Chen, Wang, & Wang, 2009)。而跨文化的研究也顯示，無論在東西方文化，害羞已對個體造成適應上的問題 (Chou, 2005; Jackson, Flaherty, & Kosuth, 2000; Kerr et al., 1996; Paulhus, Duncan, & Yik, 2002)，值得大家的重視。在西方文化的研究發現害羞對已婚者的婚姻滿意度有負面的影響 (Baker & McNulty, 2010)，但對華人文化的研究則付之闕如，因此，研究者想要探討在華人文化之下，害羞對個體進入婚姻之後的影響情形為何？

二、害羞與婚姻溝通

害羞的相關研究發現，害羞者較缺乏溝通能力 (Miller, 1995)，和非害羞者相較，害羞者在語言和非語言的溝通上，有更多的不足。例如，在談話時害羞者較少開口講話，也比較不會主動開啟話題，而且臉部的表情較少，更常會有些逃避的眼神 (Henderson & Zimbardo, 1998)，而害羞者也比他們的同儕更不具口語表達的能力 (Evans, 1993)。研究也證實，害羞者更無法清楚的表達自己的想法 (Bruch et al., 1998)，更不敢自我揭露 (Matsushima, Shiomi, & Kuhlman, 2000)，也較不會主動和他人合作或者討論問題，比較無法處理家庭的人際衝突 (Caprara, et al., 2003)。Prisbell (1991) 針對害羞者和非害羞者的溝通能力進行探討，發現害羞者具有下列八項溝通上的問題：(1) 自覺較沒有能力使用

幽默感或機智來化解社交的緊張；(2) 在溝通情境中很難保持靜定和放鬆；(3) 缺乏對別人顯示溫暖和同理的能力；(4) 有較少的社交經驗；(5) 更難清楚表達自己的想法；(6) 沒有與他人適切互動的管理技巧；(7) 自覺表達性較差（如臉部的表情、聲音的變化、適切的音量，以及使用手勢的技巧等）；(8) 自覺整體的溝通行為表現能力較差。

由上述的研究結果顯示，害羞確實會影響個體在人際互動的行為表現，由於害羞者的溝通能力較差，在管理他們的關係上，可能會出現困難，因為他們不能有效率地和對方談話，無法達到夥伴的期望，甚至會在行為上破壞了彼此的關係（Arroyo & Harwood, 2011）。Arroyo、Nevárez、Segrin 和 Harwood（2012）指出，害羞會負向影響人們的生活，因為害羞抑制了個體與別人有效溝通的能力，這種人際上的困難，也會負向影響家庭的互動。Nelson 等人（2008）的研究發現，與非害羞者相較，害羞者與親密夥伴的關係品質較差，因此，認為害羞是個體形成正向親密關係的一個危險因子。害羞者在溝通上的困難，除了人際關係受影響之外，也影響人生的其他層面。Gilmartin（1987）認為過度嚴重的害羞會阻礙個體談戀愛、結婚，或者是為人父母之機會，他以 300 位害羞及 200 位非害羞的男性為研究對象，發現害羞的男性在生命歷程中都比非害羞者有較少的朋友，在青春時期更渴望與異性建立情緒上的親密感。Caspi 等人（1988）使用美國的檔案資料，探討兒時的害羞特質對個體 30 年後的影響，結果發現：(1) 害羞男性比他的同儕進入婚姻、擔任父親角色的時間要更晚，也更晚建立穩定的生涯，而且經驗到較多婚姻上的不穩定性；(2) 害羞女性和她的同儕進入婚姻的時間差不多，但害羞的女性更可能遵循傳統的婚姻型態：如生育小孩和擔任家庭主婦的角色。Kerr 等人（1996）以瑞典人為對象，進行跨文化的比較，以瑞典的一個長期計畫之資料，從個體兒時的害羞去預測個體結婚為人父母的時間，以及在 35 歲時的生涯成就。結果發現：(1) 和美國的男性一樣，害羞的瑞典男性比非害羞者更晚結婚和生兒育女；(2) 和美國害羞男性不同的是，瑞典的男性其成人的生涯並不受害羞的影響；(3) 和美國女性一樣，害羞的瑞典女性結婚和生兒育女的時間和她的同儕是一樣的，但是他們的教育程度比非害羞者低。不過值得注意的是，兩個研究的受試成長的年代是不同的，美國是 1940 年代；瑞典是 1960 年代，另外，兩個國家的文化對害羞之看法也有所差異，美國人傾向貶低害羞者，而瑞典人比美國人較正向看待害羞者，因此，男害羞者的生涯在瑞典並不受影響。但是，在兩性的交往上，兩個文化的性別角色皆強調男生要主動、積極，因此，害羞對兩個文化的男性皆產生影響。可見害羞對個體生命課題的影響，端賴其文化對性別的定義和情境的適切性而定（Kerr et al., 1996）。在我國的文化傳統中，男生在兩性交往仍是扮演著主動者的角色，因此，我國的害羞男性可能和美國、瑞典的研究結果一樣，比起女性而言，承受了較大的壓力。

有關害羞和溝通的研究，大多是以未婚者為對象，很少進行已婚者的探討。然而，因為害羞是一種持久性的特質，因此，去探討害羞如何影響個體的長期關係是一項很重要的課題。更何況，當個體進入婚姻之後，有很多需要協調與溝通之處，而婚姻的調適是不斷持續的過程，一旦有了孩子，夫妻之間所要溝通的議題又更多元。陳皎眉、江漢聲和陳惠馨（1996，頁 70）指出，婚姻衝突的主要來源是：夫妻對生活事務的意見不一、雙方性格差異、彼此角色期待不符，以及無法滿足對方需求等。這些婚姻衝突的發展可能因越演越烈而逐漸升高，但也可能因為雙方的協調溝通而趨於解決。葉肅科（2000，頁 217-218）認為當婚姻衝突時，夫妻雙方若能採取下列的步驟來解決問題，將有助於化解彼此的衝突：（1）澄清問題的重點；（2）發現對方的願望；（3）找出可能的解決方法；（4）決定磋商策略；（5）凝聚雙方共識；（6）回顧與重新磋商。王以仁（2010，頁 212）指出現今社會價值更開放而多元，婚姻對人們來說也變得更為開放與自由，再加上工作競爭壓力大，必須投入較多時間去工作，因此，夫妻更需要學習良好的溝通技巧，以便增加婚姻的穩定性和滿意度。王以仁（2010，頁 200）指出在口語溝通的過程中，除了要多以同理心的方式來與對方交談，懂得採用行為語言的配合，並且能多加鼓勵與讚美對方之外，他並提出五點口語溝通的技巧，分別是：（1）清楚而具體的自我表達；（2）言詞精簡且條理清晰；（3）真誠理性的表達並棄絕謊言；（4）發揮適度的創造力與幽默感；（5）有勇氣找機會多多發言。可是，從害羞的研究發現，這些溝通的能力大多是害羞者所缺乏的，因此，研究者推測害羞特質對個體的婚姻溝通會有負向的影響。

由於探討害羞和婚姻溝通的研究很少，而 Henderson 和 Zimbardo（1998）指出，害羞和社會焦慮有些重疊，Buss（1980）和 Leary（1983）也都認為害羞是社會焦慮的部分建構，因此，以下也介紹社會焦慮和婚姻溝通或者在浪漫關係（romantic relationship）中的溝通之實徵研究。Wenzel、Graff-Dolezal、Macho 和 Brendle（2005）比較社會焦慮和非社會焦慮者在親密關係的情境中，使用有效的溝通技巧和社交技巧之差異，結果發現社會焦慮者的社交技巧較差，比較無法表現出正向的溝通行為，顯示社會焦慮者與親密夥伴維持關係的能力較差。Montesi 等人（2013）以大學生和他們至少已交往 3 個月的夥伴為對象，發現社會焦慮的大學生有較高的害怕親密程度，在性溝通上有較低的滿意度，而其性滿意度也較低。Casten（2004）探討已婚或同居的社會焦慮者與其伴侶的關係，結果發現，和非社會焦慮者相較，社會焦慮者和他們的伴侶有較少的正向溝通，更多逃避的行為。而 Luster 等人（2013）則探討害羞和夫妻之間溝通的相關變項（自我揭露和同理的表達）對浪漫關係滿意度的預測力，研究顯示，害羞和較低的自我及伴侶之關係滿意度有所關連，而此關係乃是被溝通行為所中介。

三、婚姻溝通與婚姻滿意度

溝通是親密的人類關係之核心，它是建立關係的基礎，也是個體要享受緊密關係所必需具備的基本技巧，而溝通的能力和意願已被證實是維持關係滿意度最重要的因素（Olson, DeFrain, & Skogrand, 2011, p.104）。溝通的能力也被證實對關係的品質有所影響（Lawrence et al., 2008），研究發現，良好的溝通乃是婚姻滿意度的重要指標（Litzing & Gordon, 2005; Richmond, McCroskey, & Roach, 1997）。Olson、Olson-Sigg 和 Larson（2008）所進行的全國性調查，比較快樂和不快樂夫妻的溝通情況，結果發現，快樂的夫妻在下列五個題目的滿意度都在近八成以上；而不快樂的夫妻滿意度都在 18% 以下。題目分別是：（1）對彼此談話方式的滿意度；（2）另一半了解我的感受；（3）很容易向另一半表達真實的感受；（4）另一半是一個很好的聽眾；（5）另一半不會評論我，讓我感到羞辱。可見，快樂的夫妻彼此溝通的方式良好，能夠彼此了解，自在地表達真我，不用擔心被另一半指責與評論，而溝通狀況不佳的夫妻，在婚姻當中則感到不快樂。Baucom 和 Eldridge（2013）指出，雖然婚姻溝通的理論各自所強調的重點不同，但是都一致同意：婚姻溝通乃是關係滿意度和關係穩定的重要因素。良好的溝通可以增進夫妻之間的親密；而不良的溝通通常會減少夫妻建立緊密關係的可能性（Olson et al., 2011）。

Olson 等人（2011, p.118）在增進親密關係的溝通技巧中，特別重視自我揭露，因為人們會揭露較多的訊息給喜歡的人，而當個體自我揭露時，會引起對方也相對地揭露自己的訊息，兩個人之間的揭露愈多，便會導致彼此更多緊密的感覺，因此，自我揭露有助於建立彼此的親密感。夫妻之間的自我揭露可以分享彼此的改變，增加關係的親密度，如果無法和配偶分享自己的成長與改變，可能會讓夫妻之間彼此更為疏離。Olson 等人（2011, p.123）指出，肯定性溝通（assertive communication）所帶來的親密度最高，它允許彼此說出自己的想法、感覺和慾望，因為自我肯定的溝通鼓勵夫妻彼此的表達，而不是防衛，所以，可以促進親密感，而被動的溝通（passive communication）則會讓彼此產生距離。所謂被動式的溝通，是指個體不願意說出個人的想法、感受或需要，因為過度在意別人的想法，而且害怕說出或做出任何可能被批評的事情，因此限制了自我的表達，讓夫妻更為疏離。在有關婚姻溝通與婚姻滿意度的實徵研究中，有很多驗證了 Olson 等人的理論觀點。

Richmond（1995）指出溝通可以增進夫妻雙方的了解，因而發展出更好的關係，所以，溝通可以讓夫妻更滿意他們的關係，而對關係的滿意，則可以促使夫妻進行更多的溝通，他以 136 對已婚的夫妻為對象，發現高滿意度的夫妻比低滿意度者有更多的溝通行為，Burlson 和 Denton（1997）以及 Flora 和 Segin（1999）的研究也證實溝通技巧或社交技巧和婚姻滿意度成正相關。Richmond 等人（1997）發現婚姻滿意度和彼此相互尊重、信

任及照顧的溝通方式有正向相關，和強制、高壓的溝通方式有負向的關聯。Meeks、Hendricks 和 Hendrick (1998) 的研究發現，自我揭露、處理衝突的策略，以及夥伴處理關係的能力，與個體關係的滿意度有正向的相關。另外，建設性的溝通方式，如同理、清楚傳遞訊息等能力，則與婚姻滿意度有正向的關聯 (Carrol, Hill, Yorgason, Larson, & Sandberg, 2013; Chi, Epstein, Fang, & Lam, 2013; Heene, Buysse, & Van Oost, 2007)，正向積極、開放及肯定等關係維持的行為有助於婚姻滿意度的提升 (Weigel, Ballard-Reisch, 2008)，而安慰、支持等支持性的溝通技巧，也與婚姻滿意度有正向的關聯 (Burluson & Denton, 2014)。另外，研究也發現，夫妻之間在性的溝通上，也會影響其婚姻滿意度 (Kim, 2013; Timm & Keiley, 2011)，顯示性的溝通可以增加性的滿意度，而性的滿意度則可以提升夫妻在婚姻關係上的適應。

另外，針對婚姻溝通和婚姻滿意度的議題，也有學者們進行長期研究，以了解婚姻中夫妻溝通問題的發展。Noller、Feeney、Bonnell 和 Callan (1994) 以 33 對夫妻為對象，從婚前 4-6 星期到婚後約 21 個月，一共進行 3 次的測量，結果發現，婚後 2 年具有高滿意度的夫妻更不會去操控另一半，更少高壓的行為，也比較不會去逃避處理衝突的問題。而溝通行為只能預測妻子之後的婚姻滿意度，對先生的滿意度則沒有顯著預測力，不過，關係滿意度可以預測夫妻雙方之後的溝通行為，顯示婚姻滿意度的提升有助於夫妻之間進行更多的溝通。而有關於夫妻解決衝突與其婚姻滿意度的研究則發現，夫妻解決衝突的方式和婚姻滿意度有顯著的關聯存在 (Kurdek, 1995)。Heavey、Christensen 和 Malamuth (1995) 研究發現，夫妻解決衝突的要求及逃離行為，與其當初及 2 年半以後的婚姻滿意度有顯著的關連。先生採取逃離，以及「太太要求／先生逃避」的衝突解決之溝通方式，可以預測妻子之後關係滿意度的降低。Noller 和 Feeney (1998) 的長期研究則發現：婚姻滿意度較高的夫妻，有更正向，品質更高的溝通，較少消極、游離的溝通方式，以及破壞性的衝突行為。Schneewind 和 Gerhard (2002) 以新婚的夫妻為對象，在五年內，每隔一年施測一次，結果發現，以建設性方式去對抗困難或有問題人際情境的夫妻，比較可以用積極的方式去解決衝突，也對其婚姻的滿意度更高。Lawrence 等人 (2008) 透過對親密關係進行多元方法探討的文獻，歸納出五種影響婚姻滿意度的關係行為，分別是：(1) 溝通和衝突管理；(2) 配偶的支持；(3) 情緒的緊密度和親密感；(4) 性的親密程度；(5) 做決定和關係的控制。接著以 101 對夫妻為對象，在 3 年內對其進行 4 次的評量，結果發現，每一項的行為都和最初的婚姻滿意度及日後滿意度的改變有關聯，證實每一種關係技巧能力在婚姻發展上有其獨特的貢獻。對先生而言，性的親密度是預測婚姻滿意度改變最強的因子；而對妻子而言，溝通和衝突管理才是最有力的預測因素。

由上述的研究發現，良好的溝通行為，如尊重、信任、自我揭露、同理、支持、開放與肯定等，皆有助於個體婚姻滿意度的提升；而強制、高壓或逃避等負向的溝通方式，則會降低婚姻滿意度，另外，夫妻彼此在性議題上的溝通，也會影響其對婚姻的滿意度。至於長期研究則顯示，夫妻之間維持建設性的溝通，能預測日後婚姻滿意度的提升，而採取消極逃避的不良溝通，或者夫妻之間無法有效解決衝突，使爭執日益增加的夫妻，則會降低個體日後的婚姻滿意度。

四、害羞與婚姻滿意度

研究指出，害羞者比非害羞者有較少的約會，在建立和維持親密關係上有所困難 (Leary & Buckley, 2000)，被母親評為害羞的青少年，在中年時更不滿意和另一半之間的關係 (Möller & Stattin, 2001)。Baker 和 McNulty (2010) 以 70 對最近結婚的夫妻為對象，進行橫斷及長期的研究，結果發現，害羞和婚姻滿意度有負向的關連，而且害羞和個體 6 個月之後的婚姻滿意度有顯著的負相關 ($\gamma = -.22$)，不過配偶的害羞則和當時及日後個體的婚姻滿意度沒有顯著的相關，而害羞和婚姻滿意度之間的關聯，可以由個體的低度關係自我效能所完全中介。另外，蘇素美和吳裕益 (2014) 以 421 位已婚者為對象，探討害羞、婚姻親密度與寂寞之關係，研究發現，害羞對個體所感受到的婚姻親密度有負向的直接效果，即害羞者感受到較低的婚姻親密度，而婚姻親密度部分中介害羞對寂寞的影響。

有關害羞和婚姻滿意度的研究很少，因此，這部分也加入社會焦慮和婚姻之間的相關研究。Filsinger 和 Wilson (1983) 以 197 位夫妻為對象，發現社會焦慮和自我的婚姻適應有顯著的負相關，社會焦慮愈高的個體，其婚姻適應愈差，不過，個體的社會焦慮則和配偶的婚姻適應沒有關連存在。Caughlin、Huston 和 Houts (2000) 的長期研究指出，具有焦慮特質的個體，其日後的婚姻滿意度較低。Barelds (2005) 以 690 對荷蘭的夫妻為對象，發現高社會焦慮者比低社會焦慮者有更低的婚姻品質。Tackett 等人 (2013) 發現，較害羞的美國夫妻，其自尊較低，關係的滿意度也較差。另外，以大學生或青少年為研究對象的研究，也顯示社會焦慮會負面影響個體的關係滿意度 (Hebert, Fales, Nangle, Papadakis, & Gover, 2013; Parade, Leerkes, & Blanksen, 2010; Porter & Chambless, 2014)。由以上的文獻分析可知，雖然有研究證實害羞者在親密關係的經營上有其困境，但是，針對已婚者所進行的研究和社會焦慮的文獻相較，仍是極為匱乏，而且除了蘇素美和吳裕益 (2014) 的研究之外，上述的研究大多是在西方文化進行，缺乏華人文化的探討，由於中西文化的婚姻關係及個體在婚姻中的調適有很大的差異 (利翠珊, 2005)，在西方文化所獲得的結果是否可以適用於華人文化，則有待更多研究的探討。

五、婚姻溝通在害羞和婚姻滿意度之間的中介關係

經由上述對害羞、婚姻溝通及婚姻滿意度三個變項之間的文獻探討可知，害羞者的溝通能力較不足，而進入婚姻之後有很多需要夫妻之間加以溝通及協調的事情，這對害羞者而言，可能是一項具有挑戰性的任務，害羞的特質可能對婚姻事務的溝通有不利的影響，而不良的婚姻溝通，可能會降低害羞者的婚姻滿意度。研究者因而推測，婚姻溝通可能中介害羞和婚姻滿意度之間的關係。

Casten (2004) 研究發現，具有社會焦慮的夫妻比非社會焦慮者有更少的正向溝通，更多逃離溝通的行為，而且其婚姻滿意度也較低。Cuming 和 Rapee (2010) 以 312 位澳洲的成人為對象，發現社會焦慮的女性在羅蔓蒂克的關係中較缺乏自我揭露，而這種低自我揭露的溝通型態會負向影響其關係的品質。Arroyo 和 Harwood (2011) 探討害羞、溝通能力和同性朋友的關係品質間之關聯，結果發現，個體的溝通能力中介了害羞和同性關係的品質。Montesi 等人 (2013) 以 115 位大學生及其至少已經交往 3 個月的親密伴侶為對象，研究顯示社會焦慮者在性溝通上有較低的滿意度，也造成性滿意度較差，而性溝通上的不滿意可以中介社會焦慮和性不滿意之間的關係。Luster 等人 (2013) 以 4298 對已建立羅蔓蒂克關係的情侶為對象，發現害羞和關係滿意度有負向的關連，而自我揭露和同理心的表達等兩項溝通的相關變項，可以中介害羞和關係滿意度之間的關係，亦即，害羞對關係滿意度的負向影響，乃是透過個體自我揭露和同理心等溝通變項而產生的。上述的文獻大多是以處在羅蔓蒂克的社會焦慮者為研究對象，較少以已婚者為對象，探討婚姻溝通在害羞和婚姻滿意度之間的中介角色，因此，本研究乃進行此議題的分析，以補充文獻上的不足。

六、男女生的害羞特質對婚姻溝通及婚姻滿意度的影響

至於性別上的差異，研究發現，害羞對男孩所造成的內向性行為問題要比女孩更為明顯 (Chang, 2004; Coplan, Zheng, Weeks, & Chen, 2012)。而此種結果大多被歸因於男女生性別角色上的差異，由於害羞和男生性別角色所強調的自我肯定和支配性相違背，因此，害羞特質對男生較為不利 (Coplan, Gavinski-Molina, Lagace-Seguin, & Wichmann, 2001)。另外，Coplan、Kingsbury 和 Doey (2014) 指出害羞男孩比害羞女孩經驗到更多負向適應問題的原因，首先，害羞男孩可能比害羞女孩經驗到更多的社交壓力；其次則是，雖然害羞的男、女孩都特別容易感受到社交壓力的負面影響，但是，害羞男孩可能比害羞女孩更無法去對抗所經驗到的社交壓力。而隨著個體的成長，在進入戀愛階段時，害羞可能會阻礙男生親密關係的形成。Gilmartin (1987) 指出求愛的過程需要很多的自我肯定和社交上

airiti

的自信，特別是對男生而言。因為在大多數的文化當中，男生仍被期待要在追求愛情的關係當中扮演主動追求的角色。Caspi 等人（1988）和 Kerr 等人（1996）的長期研究皆發現，美國和瑞典害羞的男性都比同儕更晚婚，而女性則無此現象，顯示害羞會阻礙男性親密關係的形成。但是，在進入婚姻之後，害羞特質對男女生的不同影響之研究則極為有限。Möller 和 Stattin（2001）研究發現在青少年時期被母親評為害羞的瑞典男性，中年時更不滿意他和另一半的親密關係，而女害羞者則無此現象。但是，Baker 和 McNulty（2010）以美國夫妻為對象，發現夫妻的害羞都和當時及半年之後的婚姻滿意度有顯著的負相關，男女並沒有顯著的差異存在。Lawrence 等人（2008）的研究發現，性的親密度是預測先生婚姻滿意度改變量最強的因子，而對妻子而言，溝通／衝突管理才是最有力的預測變項。Timm 和 Keiley（2011）研究指出，對已婚的男女生而言，性的溝通和性的滿意度及婚姻滿意度都有正相關存在，並沒有性別上的差異。蘇素美和吳裕益（2014）研究發現，害羞對已婚男女生的婚姻親密度和寂寞的影響並沒有顯著差異存在，害羞都對已婚者的婚姻親密度有負向的直接效果，而對寂寞有正向的直接效果。

由以上的分析可知，有關害羞對不同性別的影響，研究對象大多聚焦在兒童身上，發現害羞對男孩所造成的適應問題要比女孩更大，而在傳統性別角色，認為男生在戀愛階段需要主動積極的刻板印象之下，害羞也對男生親密關係的建立，可能有較負面的影響。至於以已婚者為對象的研究較少，在既有的研究中，有探討害羞對男女已婚者在親密關係的滿意度（Möller & Stattin, 2001）、婚姻親密度（蘇素美、吳裕益，2014），以及婚姻滿意度（Baker & McNulty, 2010）上的差異，並沒有針對害羞特質對男女生的婚姻溝通議題進行比較。雖然研究指出，在進行溝通時，男生經常以一種競爭的方式進行談話，藉以建立關係的控制權；而女生則是使用更具親密的方式，希望去建立彼此的友誼（Olson, et al. 2011: 106）。但是，針對已婚者的溝通研究卻發現，夫妻發生衝突時，女生更常扮演主動要求的角色；而男生則更常表現退縮與沈默的行為（Christensen, Eldridge, Catta Preta, Lim, & Santagata, 2006; Falconier & Epstein, 2011; Holley, Sturm, & Levenson, 2010）。不過，曾紅（2014）的跨文化研究發現，這種要求／退縮的溝通方式受到文化因素的影響，美國的夫妻呈現最多妻子要求，丈夫退縮的溝通方式，其次是中國的城鎮夫妻，而受到西方文化影響較少的農村夫妻，出現此種溝通方式的機率較少，中國農村的夫妻呈現最多的丈夫要求，妻子退縮的溝通模式，顯示傳統家庭的女性，被認為應該遵從丈夫，選擇迴避衝突，採取退縮的溝通方式；而傳統家庭關係的丈夫，則更容易表現出要求的溝通模式。

利翠珊（2005，頁 341）指出，華人的婚姻關係在社會變遷的過程中，受到西方個人自主意識及兩性平權觀念的影響，呈現出傳統與現代的衝突。社會變遷雖然讓女性的地位

有所提升，但是家庭內的權力分配和勞務分工仍離平權有一段距離（利翠珊，2005，頁347）。雖然華人的婚姻關係展現相當程度的現代性和自主性，但是，研究顯示，華人夫妻為了避免衝突，傾向採取間接與逃避的方式來面對婚姻困難（利翠珊，1995；劉惠琴，1999）可見華人夫妻在面對婚姻困難時，仍然很重視「以和為貴」的傳統價值。伊慶春（1988）也指出，台灣社會對已婚女性角色的要求雖然已經有所調整，妻子出外工作逐漸被社會接受，但是，妻子仍然必須要以家庭的需要為第一考量，以符合「賢慧」的形象。而在大多數的夫妻衝突中，宿命論的觀點使得夫妻不會主動尋求關係的改善，只要求不會發展出立即的傷害而已。而華人夫妻的情感表達不同於西方，對華人而言，即使感覺被了解、認可與支持，也都很少表達出來，而忍讓、壓抑的溝通方式因為可以維持關係的和諧，因此，並不被視為負向的溝通方式（利翠珊，1997）。不過，現代夫妻的溝通互動並不像往昔那樣壓抑、保守，年輕夫妻比中年和老年夫妻更重視溝通、情愛的表達，以及性生活的美滿（李良哲，1999）。在這種文化氛圍之下，以及對男女生在婚姻中角色的不同期待中，害羞對男女生建立家庭後的婚姻溝通之影響是否會有所不同？雖然害羞對兒童時期的男孩，以及戀愛階段的男生較為不利，但此種情況是否持續至個體進入婚姻之後呢？害羞男生在和已建立熟識關係的另外一半進行溝通時，是否較能擺脫害羞的陰霾，進行坦誠的溝通呢？還是即使面對枕邊人，害羞對男生婚姻溝通的負面影響仍然比女生要更為明顯？這是一個很值得去探究的議題。基於文獻的不足，以及研究者的疑惑，因此，本研究乃對所建立的研究模式進行男女生等同性的考驗，以了解害羞對男女生的婚姻溝通及婚姻滿意度之影響是否有所不同。

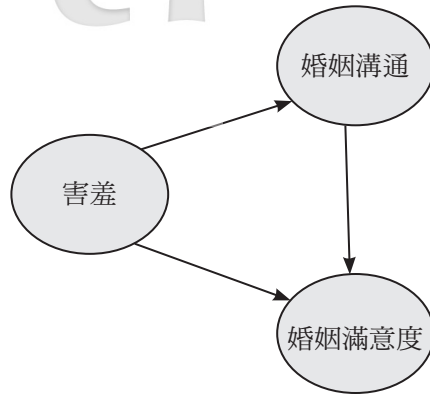
經由文獻的探討與分析，本研究的目的如下：

- (一) 採婚姻的「脆弱－壓力－適應」模式，對害羞、婚姻溝通和婚姻滿意度的關係進行探討，並考驗婚姻溝通在害羞和婚姻滿意度之間的中介效果。
- (二) 檢驗不同性別在徑路模式上的等同性。

貳、研究方法

一、研究架構

本研究主要在探討害羞、婚姻溝通和婚姻滿意度之間的關係，並考驗婚姻溝通在害羞和婚姻滿意度之間的中介效果，研究架構如圖一所示。



圖一 本研究架構圖

二、研究假設

根據研究設計，本研究提出下列四項的研究假設。

- (一) 假設 1：害羞對婚姻溝通有直接效果存在。
- (二) 假設 2：婚姻溝通對婚姻滿意度有直接效果存在。
- (三) 假設 3：害羞會透過婚姻溝通對婚姻滿意度產生間接的效果。
- (四) 假設 4：男女生在徑路模式上不具有等同性。

三、研究參與者

本研究以 366 位已婚者為對象，其中男生 169 人，佔了 46.8%，女生 192 人，佔 53.2%，有 5 位未標示性別。本研究受限於人力，研究參與者有八成是至大學修習課程的人員，其中 47.5% 是軍訓教官，32% 是中小學教師，另外兩成則為從事其他行業的已婚者。

四、研究工具

本研究使用「害羞量表修訂版」、「婚姻溝通量表」，以及「婚姻滿意度量表」為研究工具。

(一) 害羞量表修訂版

本量表乃是蘇素美和吳裕益（2008）所編製的害羞量表修訂版。修訂版分成害羞外顯因素（即害羞的行為、生理及情緒層面），以及害羞內隱因素（害羞的認知層面）。害羞的外顯因素乃是指個體的害羞特質表現在行為、生理及情緒等較易被他人察覺的層面，題目如「我和異性講話時，不敢看著對方。」；而內隱因素則指個體的害羞特質表現在較不易被

覺察的認知層面，題目如「在大團體中，我會想到別人正在評估我。」。驗證性因素分析顯示，本量表具有不錯的效度，在成分信度部分，外顯因素為 .85，內隱因素為 .77，而平均變異抽取量則分別為 .54 及 .41。信度考驗方面，所得到的值，分別是外顯因素：.91；內隱因素：.84，全量表則為 .93。由於在進行 SEM 時發現害羞外顯的負荷量為 1.15，不僅超過 Bagozzi 和 Yi (1988) 所提因素負荷量不要超過 .95 的建議，也造成整個模式的解不合理，因此，研究者乃將害羞的外顯層面依奇、偶數題分成「外顯 1」及「外顯 2」兩個向度，再加上內隱向度，總共分成 3 個層面。以本研究的參與者所進行的信度考驗，發現其 α 值分別為：外顯 1：.75；外顯 2：.78；內隱：.79。

(二) 婚姻溝通量表

本研究乃是採用謝銀沙 (1992) 所編製的「夫妻溝通量表」，該量表是依 Bienvenu 在 1978 年所編製的 Marital Communication Inventory 修訂而成，用以測量夫妻兩人的婚姻溝通情形。本量表在進行因素分析之後，一共分成 3 個因素，分別是「支持性溝通」：指夫妻間的支持、尊重、同理心、傾聽及關心等積極正向的溝通行為；「非敵意的溝通」：指夫妻在溝通時不做出負向的溝通行為，包括嘮叨、傷害、侮辱、責備及抱怨；「討論表達」：指夫妻間的相互討論及表達。得分越高，表示婚姻溝通的情形越好，反之婚姻溝通的情形則越差。本量表的總量表 α 值為 .96，各分量表的 α 值則介於 .88 ~ .94 之間，內部一致性頗佳。而在效度方面，本量表由三位專家學者進行專家效度，並透過因素分析選取負荷量在 .4 以上的題目，具有不錯的建構效度。由於研究者在進行 SEM 時，經由修正指標發現，「非敵意的溝通」層面誤差與婚姻滿意度的殘差之間有 .58 的相關，研究者進一步審視敵意溝通的原始題目，發現此向度的題目與婚姻滿意度量表的某些題目在用語上類似，例如「非敵意的溝通」向度中提及的「配偶不尊重我的意見」、「說話傷害我」或「在眾人面前給我難堪」等用語，和婚姻滿意度量表中的「我的配偶不尊重我」、「為了一點小事就對我發脾氣」及「在朋友面前不給我留面子」等題目相似。由於本研究主要是想了解害羞對個體在溝通能力上的影響，比較不是聚焦在負面敵意的表達，因此，研究者乃捨棄此向度，只以「支持性溝通」和「討論表達」兩個向度進行探討。支持性溝通層面的題目如：「我會用配偶能理解的方式和他／她說話。」；討論表達的題目如：「我會和配偶一起討論家庭收入如何分配。」。以本研究的參與者所進行的信度考驗，發現支持性溝通與討論表達層面的 α 值皆為 .91。

(三) 婚姻滿意度量表

曹中璋 (1984) 曾依據張春興「婚姻五經論」的理論架構，編製而成「婚姻滿意度量表」，可以測量婚姻整個滿意程度，也可以評量個體在婚姻的生理、經濟、社會、心理

及哲學等五個層面的滿意度。本研究所使用的婚姻滿意度量表，乃是林佳玲（2000）透過項目分析及驗證性因素分析，將其重新加以修訂後的量表，修訂後仍維持上述五個層面，五個層面的意義分別為：（1）生理：指對性生活、體貌吸引、生活習慣配合等的滿意度；（2）經濟：指對經濟生產力、收支分配與應用、財產多寡、衣食住行等方面的滿意度；（3）社會：指對個人顏面與自尊維持、社會地位高低、家庭背景相似、教育程度適配、職業地位等方面的滿意度；（4）心理：指對心理需求的相互滿足、情緒的支持、互相關懷、信任與尊重等方面的滿意程度；（5）哲學：指對彼此的人生觀、人生哲理、價值觀及個人生活自我實現的滿意程度。各層面的 α 係數介於 .73 ~ .88 之間，驗證性因素分析顯示本量表具有良好的建構效度。以本研究的參與者所進行的信度考驗，發現各層面的 α 值在 .80 到 .89 之間。

五、資料分析

本研究以 Amos 22.0 結構方程模式軟體檢驗所建立的模式之適配度，並且評估婚姻溝通在害羞和婚姻滿意度之間的中介效果。最後以 Amos 多群體分析（Multiple-Group Analysis）檢驗不同性別的研究參與者在徑路模式上的等同性。

參、研究結果

一、基本描述統計

表一 觀察變項間的相關係數、平均數、標準差、偏態及峰度 ($n = 366$)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.害羞外顯1	1									
2.害羞外顯2	.83***	1								
3.害羞內隱	.70***	.71***	1							
4.支持性溝通	-.26***	-.19***	-.13*	1						
5.討論表達	-.23***	-.17***	-.10	.77***	1					
6.生理層面	-.25***	-.17***	-.11*	.61***	.50***	1				
7.經濟層面	-.22***	-.16**	-.17***	.59***	.49***	.69***	1			
8.社會層面	-.29***	-.24***	-.19***	.72***	.59***	.73***	.73***	1		
9.心理層面	-.24***	-.19***	-.11*	.82***	.65***	.71***	.70***	.80***	1	
10.哲學層面	-.25***	-.20***	-.12*	.79***	.68***	.69***	.72***	.76***	.83***	1
平均數	16.21	17.77	35.35	37.15	37.77	27.36	33.92	34.81	34.55	29.55
標準差	3.97	4.19	6.56	7.15	6.81	4.35	5.94	5.32	6.31	5.58
偏態	0.11	0.09	-0.02	-0.44	-0.27	-0.26	-0.39	-0.36	-0.51	-0.39
峰度	-0.27	-0.32	-0.17	-0.02	-0.36	-0.38	-0.29	-0.35	0.21	0.22

* $p < .05$ ** $P < .01$ *** $P < .001$

由表一可知，除了害羞內隱和討論表達層面未達顯著水準之外，其餘層面之間皆達 .05 的顯著水準。至於偏態及峰度也都在 1 以下，因此，符合常態分配的要求 (Kline, 2005)。

二、模式適配度考驗

在進行模式適配度考驗之前，研究者先依照 Baron 和 Kenny (1986) 所提出檢定中介的統計概念，考驗害羞對婚姻溝通及婚姻滿意度，以及婚姻溝通對婚姻滿意度的直接效果。結果顯示，害羞對婚姻溝通及婚姻滿意度的直接效果分別是 -.25、-.27，皆達 .001 顯著水準，而婚姻溝通對婚姻滿意度的直接效果為 .88，也達 .001 顯著水準，因此，婚姻溝通符合害羞和婚姻滿意度之間中介變項統計考驗的前提。

而在模式基本適配度方面，誤差變異都是正值，且達 .05 顯著水準，參數間相關的絕對值各有 2 對在 .7 及 .6，7 對在 .5，其餘的相關大多很小，符合估計參數間相關的絕對值不能太接近 1 的要求。而從表二可知，參數的估計標準誤都很小，因素負荷量除了 λ_{42} 為 .96 之外，其餘介於 .77 ~ .92 之間，因此，本研究模式符合基本適配度之要求 (Bagozzi & Yi, 1988)。

表二 各估計參數顯著性考驗及標準化係數

估計參數	未標準化			標準化係數
	估計值	S.E.	C.R. (t值)	
λ_{11} (害羞 害羞外顯1)	1.00			0.91
λ_{21} (害羞 害羞外顯2)	1.05	0.05	22.85***	0.91
λ_{31} (害羞 害羞內隱)	1.41	0.08	18.45***	0.77
λ_{42} (婚姻溝通 支持性溝通)	1.00			0.96
λ_{52} (婚姻溝通 討論表達)	0.79	0.04	20.02***	0.79
λ_{63} (婚姻滿意度 生理)	1.00			0.79
λ_{73} (婚姻滿意度 經濟)	1.36	0.08	16.68***	0.78
λ_{83} (婚姻滿意度 社會)	1.36	0.07	19.19***	0.87
λ_{93} (婚姻滿意度 心理)	1.71	0.08	20.46***	0.92
λ_{103} (婚姻滿意度 哲學)	1.47	0.07	19.86***	0.90
γ_{11} (害羞 婚姻溝通)	-0.47	0.11	-4.49***	-0.25
γ_{21} (害羞 婚姻滿意度)	-0.05	0.03	-1.64	-0.06
β_{21} (婚姻溝通 婚姻滿意度)	0.43	0.03	16.33***	0.87

*** $P < .001$

在整體模式適合度部分， χ^2 雖達顯著水準 ($\chi^2 = 116.81, df = 32, P < .001$)，但因其易受人數之影響，因此，宜參考其他指標。本研究模式的 NFI = .96、NNFI = .95、IFI = .97、CFI = .97、GFI = .94、RMSEA = .085、SRMR = .037，顯示整體模式的適配度在理想的範圍。而模式的內在結構適配度方面，從表三可知，測量指標的個別項目信度皆在 .60 以上，潛在變項的成分信度分別為 .90、.87 及 .93，均在 .80 以上，而潛在變項的平均變異抽取量為 .75、.77 及 .73，也都在 .70 以上。因此，符合 Bagozzi 和 Yi(1988) 所建議的標準。從上述的考驗顯示，本研究模式具有不錯的內在及外在品質。

表三 本研究模式的個別項目信度、潛在變項成分信度及平均變異抽取摘要表

變項	測量指標 個別項目信度 (R ²)	潛在變項 成分信度	潛在變項 平均變異抽取量
害羞		.90	.75
害羞外顯1	.83		
害羞外顯2	.83		
害羞內隱	.60		
婚姻溝通			
支持性溝通	.93	.87	.77
討論表達	.63		
婚姻滿意度			
生理	.62	.93	.73
經濟	.61		
社會	.76		
心理	.85		
哲學	.81		

三、潛在變項間效果值評估

此部分可以分成直接效果及間接效果來進行分析。首先，在直接效果部分，由表二及圖二的標準化解可知，害羞對婚姻溝通 ($\gamma_{11} = -0.25, t = -4.49, p < .001$) 的標準化直接效果達顯著水準。而婚姻溝通對婚姻滿意度 ($\beta_{21} = 0.87, t = 16.33, p < .001$) 的標準化直接效果也達顯著水準，顯示，害羞對婚姻溝通有負向的直接效果，害羞者其婚姻溝通的得分較低。而婚姻溝通對婚姻滿意度有正向的直接效果，婚姻溝通得分愈高者，其婚姻滿意度也愈高。因此，假設 1：「害羞對婚姻溝通有直接效果存在」，及假設 2「婚姻溝通對婚姻滿意度有直接效果存在」獲得支持。

表四 五種模式的適合度指標及簡效性指數摘要表

模式	χ^2	df	p值	GFI	AGFI	NFI	RFI	IFI	NNFI	CFI	NCI	GH	AIC	BCC
未限制模式	154.841	64	.000	.917	.857	.950	.930	.970	.957	.970	.883	.953	246.841	252.878
測量加權模式	167.411	71	.000	.911	.862	.946	.931	.968	.959	.968	.876	.950	245.411	250.529
結構加權模式	175.596	74	.000	.908	.863	.943	.931	.966	.959	.966	.870	.947	247.596	252.320
結構共變模式	176.082	75	.000	.907	.864	.943	.932	.967	.960	.966	.871	.948	246.082	250.675
結構殘差模式	180.276	77	.000	.904	.863	.942	.932	.966	.960	.965	.868	.946	246.276	250.606
測量殘差模式	193.442	87	.000	.899	.872	.937	.935	.965	.963	.965	.864	.946	239.442	242.460

表五 本研究模式多群體分析之階層模式比較表

1. 假定未限制模式正確：

模式	$\Delta\chi^2$	Δdf	p值	ΔNFI	ΔIFI	ΔRFI	$\Delta NNFI$	ΔCFI	ΔNCI	ΔGH
測量加權模式	12.570	7	.083	.004	.004	-.002	-.002	-.002	-.007	-.003

2. 假定測量加權模式正確：

模式	$\Delta\chi^2$	Δdf	p值	ΔNFI	ΔIFI	ΔRFI	$\Delta NNFI$	ΔCFI	ΔNCI	ΔGH
結構加權模式	8.185	3	.042	.003	.003	.000	-.002	-.002	-.006	-.003

3. 假定結構加權模式正確：

模式	$\Delta\chi^2$	Δdf	p值	ΔNFI	ΔIFI	ΔRFI	$\Delta NNFI$	ΔCFI	ΔNCI	ΔGH
結構共變模式	0.486	1	.486	.000	.000	-.001	-.001	.000	.001	.000

4. 假定結構共變模式正確：

模式	$\Delta\chi^2$	Δdf	p值	ΔNFI	ΔIFI	ΔRFI	$\Delta NNFI$	ΔCFI	ΔNCI	ΔGH
結構殘差模式	4.194	2	.123	.001	.001	.000	.000	.000	-.003	-.001

5. 假定結構殘差模式正確：

模式	$\Delta\chi^2$	Δdf	p值	ΔNFI	ΔIFI	ΔRFI	$\Delta NNFI$	ΔCFI	ΔNCI	ΔGH
測量殘差模式	13.166	10	.215	.004	.004	-.003	-.004	-.001	-.004	-.002

由表四的適合度指標可知，在五種限制模式中，以測量加權模式的 GFI、NFI、IFI、CFI 及 GH 之數值最佳，而除了測量殘差模式之外，測量加權模式的簡效性指數也最小。另外，從表五的階層模式比較中，由 χ^2 的統計檢定結果來看，如果可以接受未限制模式，那麼還沒有足夠的證據可以拒絕「測量加權」模式是正確的假定。研究者同時衡量模式適合度、簡效性指標及多群體的階層模式之比較結果，最後乃採取測量結構模式，該模式限定男女生的測量加權相等。

測量加權模式的徑路係數之性別差異如表六所示。由表六可知，男女生在害羞對婚姻溝通的結構徑路係數有顯著差異，男生的害羞至婚姻溝通的標準化徑路係數為 $-.42$ ， $p < .001$ ，害羞可以解釋男生 18% 的婚姻溝通變異量；而女生的係數則為 $-.12$ ， $p = .131$ ，未達到顯著水準，害羞只可以解釋女生婚姻溝通 1% 的變異量。男女生徑路係數的差異值 CR 為 2.86 ， $p < .05$ ，顯示害羞對男生的婚姻溝通之影響比女生要更大。因此，假設 4：「男女生在徑路模式上不具有等同性」獲得支持。

表六 男女生在測量加權模式徑路係數之差異檢定

變項	標準化 係數	未標準化				徑路係數		
		估計值	標準化	t值	p值	差異值 (CR)	p值	
害羞→婚姻溝通	男	-.42	-0.83	0.15	-5.51	< .001	2.86	P < .05
	女	-.12	-0.22	0.15	-1.51	.131		
害羞→婚姻滿意度	男	-.05	-0.05	0.06	-0.85	.396	-0.22	P > .05
	女	-.07	-0.06	0.04	-1.54	.123		
婚姻溝通→婚姻滿意度	男	.84	0.43	0.04	11.61	< .001	-0.06	P > .05
	女	.89	0.43	0.03	14.59	< .001		

肆、討論與建議

本研究以害羞、婚姻溝通及婚姻滿意度等三個變項，對婚姻的「脆弱－壓力－適應」模式中的脆弱性、適應過程和婚姻品質三個要素進行試驗，結果發現：(1) 害羞對婚姻溝通有負向的直接效果，而婚姻溝通對婚姻滿意度則有正向的直接效果。顯示害羞對個體在婚姻生活中的溝通有負面的影響，而良好的婚姻溝通可以提升個體在婚姻當中所感受到的婚姻滿意度。本研究證實了個體的脆弱性（害羞）會對婚姻的適應過程（婚姻溝通）產生負面的影響，進而降低個體感受到的婚姻品質（婚姻滿意度）。(2) 婚姻溝通可以完全中

介害羞和婚姻滿意度之間的關係。在本研究所提出的模式中，婚姻的適應過程因素（婚姻溝通）可以完全中介脆弱因子（害羞）和婚姻品質（婚姻滿意度）之間的關係。（3）害羞對婚姻溝通的影響存在著性別上的差異，害羞對男生的婚姻溝通之負面影響比女生更為深遠。以下針對本研究之結果，提出討論與建議。

一、討論

本研究發現，害羞對婚姻溝通的標準化直接效果為 -0.25 ，害羞可以解釋婚姻溝通 6% 的變異量，顯示害羞特質對婚姻溝通會有負向的影響，可見害羞此脆弱因子對個體的婚姻適應會產生不良的作用。此研究結果與 Wenzel 等人（2005）、Cuming 和 Rapee（2010）、Montesi 等人（2013）、Casten（2004）以及 Luster 等人（2013）的研究結果相似。不過，當研究者進一步探討男女生之差異時，發現在測量加權模式之下，害羞對女生的婚姻溝通之直接效果只有 -0.12 ，未達顯著水準，害羞僅能解釋 1% 的變異量，而害羞對男生婚姻溝通的直接效果卻有 -0.42 ， $p < .001$ ，害羞可以解釋男生婚姻溝通 18% 的變異量，顯示害羞特質對已婚男性的婚姻溝通之負面影響遠比女性要更為嚴重。此研究結果與 Caspi 等人（1988）和 Kerr 等人（1996）發現害羞的男生更晚進入婚姻的情況有相似之處。可見害羞不僅讓男生在親密關係的經營上更不利，也對其婚姻的溝通與經營有更負面的影響。

雖然很多研究證實害羞者的溝通能力較差（Caprara et al., 2003; Prisbell, 1991），不過，這方面的研究大多是以未婚者為對象，而且沒有進行男女生差異的比較。有關害羞對男女生的影響差異，大都聚焦在兒童身上，研究發現害羞對男孩的適應問題造成較大的負面影響（Chang, 2004; Coplan et al., 2012）。而本研究發現，害羞對已婚男性的婚姻溝通之負面影響比女性要更大，顯示害羞特質對男生的不利影響並不會因為個體進入婚姻，找到熟識的伴侶之後而減少。另外，本研究發現女生的害羞特質對其婚姻溝通沒有直接的效果存在，顯示對已婚女性而言，害羞並不會影響其婚姻的溝通。這和以往的研究顯示害羞對個體的溝通會有負面的影響有所不同（Arroyo & Harwood 2011; Miller, 1995），只是以往的研究大多以未婚者為對象，而且並未對害羞在男女生所造成的溝通問題進行差異比較。在研究者所蒐集的資料中，只有一篇以實驗室的實驗來探討害羞男女生在與人進行溝通時所顯示的行為差異（Pilkonis, 1977b, 1977c），研究發現在與異性互動中，害羞男生會降低說話的比率，以及目光和眼神的接觸；而害羞女生則會顯示更多的點頭以及微笑的行為表現。可見，男女生害羞特質所外顯的行為模式並不一樣，男生的沈默及逃避目光之害羞行為。在人際溝通中可能會被解讀成不友善、對談話內容沒興趣；而女生的害羞行為比較可能會被詮釋成友善或者是正向的溝通表現，這在人際互動中可能會產生不同的影響，只是

害羞男女生在溝通議題上的差異，一直未受到以往研究人員的注意。研究者認為，雖然研究大多指向害羞會對個體的溝通造成負面影響，但有可能對男女生的影響是有所差異的，因此，未來可以針對不同性別的害羞者之行為模式進行更深入的探究，以了解害羞特質對男女生之影響所可能存在的差異性。另外，由於本研究的對象是已婚者，雖然華人文化對女生在婚姻中所扮演的角色有較傳統的期待，即使外出工作，仍要以家庭為重，但就女生在面對家庭溝通議題時，女生所顯示的態度比男生要更為主動，而且此時所面對的是熟悉的配偶，不再是容易讓個體害羞的陌生人，有可能在此種情況之下，讓害羞的特質不再對女生與配偶進行婚姻溝通時產生負面的不良影響。而男生在面對家庭衝突時，傾向採用退縮迴避的溝通方式，害羞的特質可能更易使逃避溝通的情況更為惡化，因而加劇夫妻之間的溝通問題。有關害羞對已婚男女婚姻溝通的影響之差異性研究極為有限，有待日後更多研究的探討，以釐清彼此之間的關係。

其次，本研究發現，婚姻溝通對婚姻滿意度的標準化直接效果為 .87，顯示婚姻溝通可以正向的預測婚姻滿意度，婚姻溝通愈良好的個體，對婚姻的滿意度愈高。本研究結果與 Richmond (1995)、Burluson 和 Denton (1997)、Richmond 等人 (1997)、Meeks 等人 (1998)、Flora 和 Segrin (1999)、Heene 等人 (2007)、Weigel 和 Ballard-Reisch (2008)、Carrol 等人 (2013)、Chi 等人 (2013) 以及 Burluson 和 Denton (2014) 等橫斷性的研究發現相同，也與 Noller 等人 (1994)、Noller 和 Feeney (1998)，以及 Lawrence 等人 (2008) 所進行的長期研究結果有雷同之處。可見，不論是橫斷性或是縱貫性的研究皆顯示，婚姻溝通與婚姻滿意度兩者之間有密切的關聯，溝通對個體在婚姻中感受到的滿意度扮演著極為重要的角色。

另外，本研究發現，在未加入婚姻溝通時，害羞對婚姻滿意度的直接效果為 $-.27, p < .001$ ，顯示害羞對個體的婚姻滿意度有負向的直接影響，愈害羞者對其婚姻的滿意度愈低。此研究結果與 Möller 和 Stattin (2001)、Baker 和 McNulty (2010)，以及 Tackett 等人 (2013) 的發現一致，即害羞者的婚姻滿意度較低。也與 Filsinger 和 Wilson (1983)、Caughlin 等人 (2000)、Barelids (2005) 發現社會焦慮較高的已婚者，其婚姻的適應較差，滿意度較低有相同之處。不過，在加入婚姻溝通此變項之後，害羞對婚姻滿意度的直接效果從 $-.27$ 縮小為 $-.06$ ，變成不顯著，顯示婚姻溝通完全中介害羞和婚姻滿意度之間的關係。亦即，害羞對個體婚姻滿意度的影響，完全是透過婚姻溝通而產生的，害羞透過婚姻溝通對婚姻滿意度的標準化間接效果為 $-.22$ ，達 $.01$ 的顯著水準。此研究結果與 Casten (2004) 發現社會焦慮的夫妻有較少的正向溝通，較低的婚姻滿意度有所雷同，也和 Luster 等人 (2013) 發現已建立羅蔓蒂克關係的情侶，「其自我揭露和同理心兩項溝通變項可以中介害

羞和關係滿意度之間的關係」之研究結果相同。可見害羞者人際溝通上的困境，在其進入婚姻之後，也同樣對其婚姻生活造成負面的影響。

雖然中國的儒家文化強調個體要謙卑，不要鋒芒外露，在社交場合中要謹言慎行，保守謹慎，但隨著工業化和現代化的過程，台灣中國人的性格特質，正從重視外在社會情境，在意別人看法的社會取向，轉為追求個人表現與成就的個我取向（楊國樞，1988）。即使害羞特質在華人文化曾一度被研究證實與個體的心理幸福感有正向的關聯（Chen et al., 1992），但是隨著市場導向經濟的快速發展，強調個體的自我行銷和自我肯定的社交技巧能力，使得害羞行為的適應性價值逐漸式微，甚至造成個體適應上的困難（Chen et al., 2009）。本研究以已婚者為對象，發現害羞特質對個體的婚姻溝通和婚姻滿意度都有負向的直接效果，此研究結果和西方的研究發現一致，顯示在中西文化當中，害羞對個體進入婚姻之後皆有負向的影響，而且對男性的影響更大。本研究結果證實了 Karney 和 Bradbury（1995）所提出婚姻的「脆弱－壓力－適應」模式中「脆弱性」、「適應過程」和「婚姻品質」三個要素之間的關係，害羞此項持久性的弱點會影響個人在婚姻中的適應過程（在本研究中乃是指婚姻溝通），而個體在婚姻生活中的適應過程，會影響到其對婚姻的滿意程度。

二、建議

本研究針對研究結果，以及未來的研究方向提出建議：

（一）對研究結果之建議

1. 重視害羞對個體婚姻生活的影響

本研究發現害羞對已婚者的婚姻溝通以及婚姻滿意度都有負向的直接效果，顯示害羞此特質會影響個體在婚姻當中的溝通，也讓已婚者更不滿意他們的婚姻關係。有關害羞的研究，大多以未婚者為研究對象，較少探討害羞者進入婚姻之後的適應情況。從國外的研究結果發現，較害羞的已婚者其婚姻滿意度較低（Baker & McNulty, 2010; Luster et al., 2013; Möller & Stattin, 2001; Tackett et al., 2013），而在國內，蘇素美和吳裕益（2014）的研究也發現，害羞的已婚者在婚姻當中所感受到的親密度較低，寂寞感較強。顯示害羞此項特質對個體婚姻生活的適應確實會有負向的影響，也證實了 Karney 和 Bradbury（1995）的理論，即個體的脆弱因子會影響其婚姻適應過程的能力，也會對其婚姻的品質造成負面的影響。因此，如何協助害羞者適應婚後的生活，教導其有效的婚姻經營技巧，實為婚姻與家庭輔導上的重要課題。

2. 提升害羞者婚姻溝通的能力，特別是男性的害羞已婚者

本研究發現害羞此項特質會影響已婚者的婚姻溝通，因此，宜針對已婚的害羞者進行婚姻溝通的介入輔導，教導其支持性溝通的技巧，學習給予另一半支持、尊重與關懷，說出自己的想法，並傾聽對方的需要，訓練其同理心的表達，以及公開討論婚姻當中所遇到的種種問題之能力。透過溝通及社交技巧的訓練，加強害羞者表達情緒、同理他人以及管理負面情緒的能力，以提升其對婚姻生活的適應。另外，本研究發現，害羞對男性的婚姻溝通之負面影響更深，已婚的害羞男性更難在婚姻當中進行有效的溝通，因此，更應強化男性在婚姻當中的支持性溝通行為，促進其與配偶進行討論與表達的溝通能力。

3. 促進害羞者在婚姻中所感受到的滿意度

本研究發現害羞對個體的婚姻滿意度有負向的影響，已婚的害羞者對其婚姻生活的生理、經濟、社會、心理及哲學等五個層面的滿意度較低，而這種負面影響完全是透過婚姻溝通而產生的，因此，應強化害羞者與配偶在這五個層面的溝通能力。首先，在生理部分，研究顯示，夫妻之間的性溝通，可以提升彼此的性滿意程度（Kim, 2013; Timm & Keiley, 2011），而對男性而言，性的親密度乃是預測其婚姻滿意度改變最有力的因子，因此，宜增進害羞者與配偶在性關係上的溝通能力，以提升其婚姻的滿意度。經濟層面，則大多涉及夫妻之間對金錢的使用，彼此的相互溝通，可以化解歧異，避免爭執。而心理層面則指個體在婚姻當中所感受到相互支持、關懷信任與尊重的心理需求之滿足，夫妻之間的支持性溝通可以增進此層面的滿意程度。至於社會層面的滿意度，則有待夫妻之間相互的體諒與支持，給予對方適度的自由。而哲學層面，則需要夫妻雙方共同的陪伴，一起追求靈性的成長。反觀這五個層面的議題，皆與夫妻雙方能真誠溝通相互尊重，彼此給予支持及關懷有所關聯，因此，惟有加強害羞者在婚姻中的溝通能力，才能提升其對婚姻的滿意程度。

（二）研究限制及對未來研究之建議

1. 研究限制

本研究受限於人力，所抽取的研究參與者中，有八成是至大學進修的人員，其中四成多為軍訓教官，三成多為中小學教師，因此，對研究結果不宜做過度的推論。另外，由於文獻顯示，害羞特質或社會焦慮會影響個體本身的婚姻滿意度或者婚姻的適應，但對配偶則沒有影響（Baker & McNulty, 2010; Filsinger & Wilson, 1983），研究者在人力的考量之下，並未對夫妻進行對偶分析，只單純蒐集已婚者進行研究，這也是本研究的限制所在。

2. 未來研究建議

建議未來可以蒐集更多元化來源的研究參與者，對婚姻的「脆弱－壓力－適應」模式進行考驗，以強化研究結果的推論性。另外，也建議加入壓力此變項因素，以便對此理論模式做更為完整的試驗。最後，因本研究發現害羞對男女生在婚姻溝通上有不同的影響，建議未來有關害羞的研究，可以進行性別差異的比較，更清楚提供害羞對男女生可能產生不同影響之訊息。

參考文獻

- 王以仁 (2010): *婚姻與家庭：配偶及家人間的溝通和調適*。台北：心理出版社。[Wang, Y. J. (2010). *Marriage and family: the communication and adaptation of spouse and family*. Taipei, Taiwan: Psychological Publishing.]
- 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。[Yi, Q. C. (1988). Marriage and occupation of Chinese women. In C. Y. Wen & X. H. Xiao (Eds.), *Chinese: Ideas and behaviors* (pp.229-248). Taipei, Taiwan: Chuliu Publisher.]
- 利翠珊 (1995): 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, 260-321。DOI: 10.6254/1995.4.260 [Li, T. S. (1995). On the interaction course of couple: A case study of young couples in Taipei district. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 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。[Li, T. S. (1997). The formation and development of marital intimacy. *Chinese Journal of Mental Health*, 10(4), 101-128.]
- 利翠珊 (2005): 婚姻關係及調適。載於楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編), *華人本土心理學* (331-362 頁)。台北：遠流。[Li, T. S. (2005). Marital relationship and adjustment. In K. S. Yang, C. F. Yang, & G. G. Huang (Eds.), *Chinese native psychology* (pp.331-362). Taipei, Taiwan: Yuan-Liou Publishing.]
- 李良哲 (1999): 維繫婚姻關係重要因素的成人期差異初探。*教育與心理研究*, 22 (1), 145-160。[Li, L. Z. (1999). A preliminary investigation of adulthood differences in important elements of maintaining marital relationships. *Journal of Education & Psychology*, 22(1), 145-160.]
- 林佳玲 (2000): 夫妻依附風格、衝突因應策略與婚姻滿意度之相關研究。國立臺灣師範大學教育

- 心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。[Lin, C. L. (2000). *Attachment styles, conflict-coping strategies and marital satisfaction in married couples*. Unpublished master's thesis, National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 曹中璋 (1985)：自我狀態、夫妻溝通型態與婚姻滿意度之相關研究。臺北師專學報，12，1-63。[Cao, Z. W. (1985). A study on the relationships among ego state, couples communication patterns and marital satisfaction. *Journal of Taipei Junior Normal College*, 12, 1-63.]
- 陳皎眉、江漢聲、陳惠馨 (1996)：兩性關係。台北：空大。[Chen, J. M., Chiang, H. S., & Chen, H. S. (1996). *Gender relations*. Taipei, Taiwan: the National Open University.]
- 曾紅 (2014)：“要求 / 退縮”型婚姻溝通方式的跨文化研究。暨南學報，36 (2)，58-66。[Zeng, H. (2014). A cross - cultural study of marital communication in demanding / retiring. *Journal of Jinan University*, 36(2), 58-66.]
- 楊國樞 (1988)：中國人的蛻變。台北：桂冠。[Yang, K. S. (1988). *The transformation of the Chinese people*. Taipei, Taiwan: Laurel Book.]
- 楊國樞 (1992)：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。[Yang, K. S. (1992). Chinese people and nature, others, the relationship between self. In C. Y. Wen & X. H. Xiao (Eds.), *Chinese: Ideas and behaviors* (pp.9-23). Taipei, Taiwan: Chuliu Publisher.]
- 葉肅科 (2000)：一樣的婚姻，多樣的¹家庭。台北：學富文化。[Ye, S. K. (2000). *Same marriage, diverse families*. Taipei, Taiwan: Pro-Ed Publishing.]
- 劉惠琴 (1999)：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。DOI : 10.6255/JWGS.1999.10.41[Liu, H. C. (1999). Marital conflict and influence process--From a feminist perspective. *Journal of Women and Gender Studies*, 10, 41-77.]
- 謝銀沙 (1992)：已婚婦女個人特質、婚姻溝通與婚姻調適相關之研究。國立台灣師範大學家政教育研究所碩士論文，未出版，台北市。[Xie, Y. S. (1992). *A study on the relationships among personal traits, marital communication and marital adjustment in married women*. Unpublished master's thesis, National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 蘇素美、吳裕益 (2008)：害羞量表之修訂及其效度研究。教育與心理研究，31 (4)，53-82。[Su, S. M., & Wu, Y. Y. (2008). A study on the revise of the Shyness Scale and its validity. *Journal of Education & Psychology*, 31(4), 53-82.]
- 蘇素美、吳裕益 (2014)：害羞與婚姻親密度及寂寞之關係：以結構方程模式進行分析，輔導與諮商學報，36 (2)，21-24。[Su, S. M., & Wu, Y. Y. (2008). A study on the relationships among

- shyness, marital intimacy and loneliness: The analysis of structural equation modeling. *The Archive of Guidance & Counseling*, 36(2), 21-24.]
- Alfano, M. S., Joiner, T. E., & Perry, M. (1994). Attributional style: A mediator of the shyness-depression relationship? *Journal of research in Personality*, 28, 287-300. doi: 10.1006/jrpe.1994.1021
- Arbelle, S., Benjamin, J., Golin, M., Kremer, I., Belmaker, R. H., & Ebstein, R. P. (2003). Relation of shyness in grade school children to the genotype for the long form of the serotonin transporter promoter region polymorphism. *American Journal of psychiatry*, 160, 671-676. doi: 10.1176/appi.ajp.160.4.671
- Arroyo, A., & Harwood, J. (2011). Communication competence mediates the link between shyness and relational quality. *Personality and Individual Differences*, 50, 264-267. doi: 10.1016/j.paid.2010.09.041
- Arroyo, A., Nevárez, N., Segrin, C., & Harwood, J. (2012). The association between parent and adult child shyness, social skill, and perceived family communication. *Journal of family communication*, 12, 249-264. doi: 10.1080/15267431.2012.686941
- Bagozzi, R. P., & Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural models. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 16, 74-94. doi: 10.1177/009207038801600107
- Baker, L., & McNulty, J. K. (2010). Shyness and marriage: Does shyness shape even established relationship. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 36, 665-676. doi: 10.1177/0146167210367489
- Barelds, D. P. H. (2005). Self and partner personality in intimate relationships. *European Journal of Personality*, 19, 501-518. doi: 10.1002/per.549
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182. doi: 10.1037//0022-3514.51.6.1173
- Baucom, B. R., & Eldridge, K. A. (2013). Marital communication. In A. L. Vangelisti (Ed.), *The Routledge handbook of family communication* (2nd Ed.)(pp. 65-79). New York, NY: Taylor & Francis Group. doi: 10.4324/9780203848166.ch4
- Bradbury, T. N., Cohan, C. L., & Karney, B. R. (1998). Optimizing longitudinal research for understanding and preventing marital dysfunction. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp. 279-311). New York, NY: Cambridge University Press. doi:

10.1017/CBO9780511527814.011

- Briggs, S. R., Cheek, J. M., & Jones, W. H. (1986). Introduction. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp.1-14). New York, NY : Plenum Press.
- Browne, J. A., & Howarth E. (1977). A comprehensive factor analysis of personality questionnaire items: A test of twenty putative factor hypotheses. *Multivariate Behavioral Research*, *12*, 399-427. doi: 10.1207/s15327906mbr1204_1
- Bruch, M. A., Berko, E. H., & Haase, R. F. (1998). Shyness, masculine ideology, physical attractiveness, and emotional inexpressiveness: Testing a mediational model of men's interpersonal competence. *Journal of Counseling Psychology*, *45*, 84-97. doi: 10.1037//0022-0167.45.1.84
- Burleson, B. R., & Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family*, *59*, 884-902. doi: 10.2307/353790
- Burleson, B. R., & Denton, W. H. (2014). The association between spousal initiator tendency and partner marital satisfaction: Some moderating effects of supportive communication values. *The American Journal of Family Therapy*, *42*, 141-152. doi: 10.1080/01926187.2012.754244
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco, CA: W. H. Freeman and Company.
- Caprara, G. V., Steca, P., Cervone, D., & Artisticco, D. (2003). The contribution of self-efficacy beliefs to dispositional shyness: On social-cognitive systems and the development of personality dispositions. *Journal of Personality*, *71*, 943-970. doi: 10.1111/1467-6494.7106003
- Carrol, S. J., Hill, E. J., Yorgason, J. B., Larson, J. H., & Sandberg, J. G. (2013). Couple communication as a mediator between work-family conflict and marital satisfaction. *Contemporary Family Therapy*, *35*, 530-545. doi: 10.1007/s10591-013-9237-7
- Caspi, A., Elder, G. H., Jr., & Bem, D. J. (1988). Moving away from the world: Life-course patterns by shy children. *Developmental Psychology*, *24*, 824-831. doi: 10.1037/0012-1649.24.6.824
- Casten, K. M. (2004). *Marital functioning and communication in a clinical sample of social anxiety disorder clients*. Unpublished doctoral dissertation, Drexel University, Philadelphia, PA.
- Caughlin, J. P., Huston, T. L., & Houts, R. M. (2000). How does personality matter in marriage? An examination of trait anxiety, interpersonal negativity, and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, *78*, 326-336. doi: 10.1037//0022-3514.78.2.326

- Chang, L. (2004). The role of classroom norms in contextualizing the relations of children's social behaviors to peer acceptance. *Developmental Psychology, 40*, 691-702. doi: 10.1037/0012-1649.40.5.691
- Chen, X. (2010). Shyness-inhibition in childhood and adolescence: A cross-cultural perspective. In K. H. Rubin & R. J. Coplan (Eds.), *The development of shyness and social withdrawal* (pp. 213-235). New York: Guilford.
- Chen, X., & French, D. C. (2008). Children's social competence in cultural context. *Annual Review of Psychology, 59*, 591-616. doi: 10.1146/annurev.psych.59.103006.093606
- Chen, X., Rubin, K. H., & Sun, Y. (1992). Social reputation and peer relationships in Chinese and Canadian children: A cross-cultural study. *Child Development, 63*, 1336-1343. doi: 10.2307/1131559
- Chen, X., Wang, L., & Wang, Z. (2009). Shyness-sensitivity and social, school, and psychological adjustment in rural migrant and urban children in China. *Child Development, 80*, 1499-1513. doi: 10.1111/j.1467-8624.2009.01347.x
- Chen, X., Yang, F., & Wang, L. (2013). Relations between shyness-sensitivity and internalizing problems in Chinese children: Moderating effects of academic achievement. *Journal of Abnormal Psychology, 122*, 825-836. doi: 10.1007/s10802-012-9708-6
- Chi, P., Epstein, N. B., Fang, X., & Lam, D. O. B. (2013). Similarity of relationship standards, couple communication patterns, and marital satisfaction among Chinese couples. *Journal of Family Psychology, 27*, 806-816. doi: 10.1037/a0034113
- Chou, K. L. (2005). Assessing shyness in Chinese older adults. *Aging & Mental Health, 9*, 456-460. doi: 10.1080/13607860500142820
- Christensen, A., Eldridge, K., Catta Preta, A. B., Lim, V. R., & Santagata, R. (2006). Cross Cultural consistency of the Demand/Withdraw interaction pattern in couples. *Journal of Marriage and Family, 68*, 1029-1044. doi: 10.1111/j.1741-3737.2006.00311.x
- 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*, 114-128. doi: 10.1037/0022-3514.73.1.114
- Coplan, R. J., Gavinski-Molina, M. H., Lagace-Seguin, D. G., & Wichmann, C. (2001). When girls versus boys play alone: Nonsocial play and adjustment in kindergarten. *Developmental Psychology, 37*, 464-474. doi: 10.1037//0012-1649.37.4.464

- Coplan, R. J., Kingsbury, M., & Doey, L. (2014). Paralance, places, process, and paradox: Revisiting the discussion of gender differences in childhood shyness. *Sex Roles, 70*, 309-314. doi: 10.1007/s11199-014-0371-y
- Coplan, R. J., Zheng, S., Weeks, M., & Chen, X. (2012). Young children's perceptions of social withdrawal in China and Canada. *Early Child Development and Care, 182*, 591-607. doi: 10.1080/03004430.2011.566328
- Cuming, S., & Rapee, R. M. (2010). Social anxiety and self-protective communication style in close relationships. *Behaviour Research and Therapy, 48*, 87-96. doi: 10.1016/j.brat.2009.09.010
- Evans, M. A. (1993). Communicative competence as a dimension of shyness. In K. H. Rubin, & J. B. Asendorpf (Eds.), *Social Withdrawal, Inhibition and Shyness in Childhood* (pp. 189-212). Hillsdale, NJ: Erlbaum. doi: 10.4324/9781315806891
- Falconier, M. K., & Epstein, N. B. (2011). Female demand/male withdraw communication in Argentinian couples: A mediating factor between economic strain and relationship distress. *Personal Relationships, 18*, 586-603. doi: 10.1111/j.1475-6811.2010.01326.x
- Filsinger, E. E., & Wilson, M. R. (1983). Social anxiety and marital adjustment. *Family Relations, 32*, 513-519. doi: 10.2307/583691
- Flora, J., & Segrin, C. (1999). Social skills are associated with satisfaction in close relationships. *Psychological Reports, 84*, 805-808. doi: 10.2466/PR0.84.3.803-804
- Gilmartin, B. G. (1987). Peer group antecedents of severe love-shyness in males. *Journal of Personality, 55*, 467-489. doi: 10.1111/j.1467-6494.1987.tb00447.x
- Hanzal, A., & Segrin, C. (2009). The role of conflict resolution styles in mediating the relationship between enduring vulnerabilities and marital quality. *Journal of Family Communication, 9*, 150-169. doi: 10.1080/15267430902945612
- Heavey, C. L., Christensen, A., & Malamuth, N. M. (1995). The longitudinal impact of demand and withdrawal during marital conflict. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 63*, 797-801. doi: 10.1037/0022-006X.63.5.797
- Hebert, K. R., Fales, J., Nangle, D. W., Papadakis, A. A., & Gover, R. L. (2013). Linking social anxiety and adolescent romantic relationship functioning: Indirect effects and the importance of peers. *Journal of Youth Adolescence, 42*, 1708-1720. doi: 10.1007/s10964-012-9878-0
- Heene, E., Buysse, A., & Van Oost, P. (2007). An interpersonal perspective on depression: The role of marital adjustment, conflict communication, attributions, and attachment within a clinical sample.

- Family Process*, 46, 499-514. doi: 10.1111/j.1545-5300.2007.00228.x
- Henderson, L., & Zimbardo, P. (1998). *Encyclopedia of Mental Health: Shyness*. San Diego, CA: Academic Press.
- Holley, S. R., Sturm, V. E., & Levenson, R. W. (2010). Exploring the basis for gender differences in the demand-withdraw pattern. *Journal of Homosexuality*, 57, 666-684. doi: 10.1080/00918361003712145
- Jackson, T., Flaherty, S. R., & Kosuth, R. (2000). Culture and self-presentation as predictors of shyness among Japanese and American female college students. *Perceptual and Motor Skills*, 90, 475-482. doi: 10.2466/PMS.90.2.475-482
- Joiner, T. E. (1997). Shyness and low social support as interactive diatheses, with loneliness as mediator: Testing an interpersonal- personality view of vulnerability to depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 386-394. doi: 10.1037//0021-843X.106.3.386
- Jones, W. H., & Russell, D. (1982). The Social Reticence Scale: A objective instrument to measures shyness. *Journal of Personality Assessment*, 46, 629-631. doi: 10.1207/s15327752jpa4606_12
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability : A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34. doi: 10.1037//0033-2909.118.1.3
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1997). Neuroticism, marital interaction, and the trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 1075-1092. doi: 10.1037//0022-3514.72.5.1075
- Kerr, M., Lambert, W. W., & Bem, D. J. (1996). Life course sequelae of childhood shyness in Sweden: Comparison with the United States. *Developmental Psychology*, 32, 1100-1105. doi: 10.1037/0012-1649.32.6.1100
- Kim, M. (2013). The effect of marital intimacy, sex communication, and sexual satisfaction on the marital satisfaction for Korean middle-aged women. *Journal of Next Generation Information Technology*, 4, 441-448.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York, NY: Guilford Press. doi: 10.1080/10705511.2012.687667
- Kurdek, L. A. (1995). Predicting change in marital satisfaction from husbands' and wives' conflict resolution styles. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 153-164. doi: 10.2307/353824
- Lawrence, E., Pederson, A., Bunde, M., Barry, R. A., Brock, R. L., Fazio, E., ...Dzankovic, S.

- (2008). Objective ratings of relationship skills across multiple domains as predictors of marital satisfaction trajectories. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25, 445-466. doi: 10.1177/0265407508090868
- Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47, 66-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4701_8
- Leary, M. R. (1986). Affective and behavioral components of shyness: Implications for theory, measurement, and research. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp. 27-38). New York: Plenum Press.
- Leary, M. R., & Buckley, K. E. (2000). Shyness and the pursuit of social acceptance. In W. R. Crozier (Ed.), *Shyness: Development, Consolidation and change* (pp.139-153). New York, NY: Routledge.
- Litzinger, S., & Gordon, K. C. (2005). Exploring relationship among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 31, 409-424. doi: 10.1080/00926230591006719
- Luster, S. S., Nelson, L. J., & Busby, D. M. (2013). Shyness and communication: Impact on self and partner relationship satisfaction. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 12, 359-376. doi: 10.1080/15332691.2013.836322
- Matsushima, R., Shiomi, K., & Kuhlman, D. M. (2000). Shyness in self-disclosure mediated by social skill. *Psychological Reports*, 86, 333-338. doi: 10.2466/PR0.86.1.333-338
- Meeks, B. S., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 755-773. doi: 10.1177/0265407598156003
- Miller, R. S. (1995). On the nature of embarrassability: Shyness, social evaluation, and social skill. *Journal of Personality*, 63, 315-339. doi: 10.1111/j.1467-6494.1995.tb00812.x
- Möller, K., & Stattin, H. (2001). Are close relationships in adolescence linked with partner relationships in midlife? A longitudinal, prospective study. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 69-77. doi: 10.1080/01650250042000087
- Montesi, J. L., Conner, B. T., Gordon, E. A., Fauber, R. L., Kim, K. H., & Heimberg, R. G. (2013). On the relationship among social anxiety, intimacy, sexual communication, and sexual satisfaction in young couples. *Archives of Sexual Behavior*, 42, 81-91. doi: 10.1007/s10508-012-9929-3
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., Badger, S., Barry, C. M., Carroll, J. S., & Madsen, S. D. (2008). Associations between shyness and internalizing behaviors, externalizing behaviors, and relationships during emerging adulthood. *Journal of Youth Adolescence*, 37, 605-615. doi: 10.1007/

- Noller, P., & Feeney, J. A. (1998). Communication in early marriage: Responses to conflict, nonverbal accuracy, and conversational patterns. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp.11-43). New York, NY: Cambridge University Press. doi: 10.1017/CBO9780511527814.003
- Noller, P., Feeney, J. A., Bonnell, D., & Callan, V. J. (1994). A longitudinal study of conflict in early marriage. *Journal of Social and Personal Relationships, 11*, 233-252. doi: 10.1177/0265407594112005
- Olson, D. H., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2011). *Marriages families: Intimacy, diversity, and strengths* (7th Ed.) (pp.103-129). New York, NY: McGraw – Hill.
- Olson, D. H., Olson-Sigg, A., & Larson, P. J. (2008). *The couple checkup: Find your relationship strengths*. Nashville, TN: Thomas Nelson.
- Parade, S. H., Leerkes, E. M., & Blankson, A. N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth Adolescence, 39*, 127-137. doi: 10.1007/s10964-009-9396-x
- Paulhus, D. L., Duncan, J. H., & Yike, W. S. M. (2002). Patterns of shyness in East-Asian and European-heritage students. *Journal of Research in Personality, 36*, 442-462. doi: 10.1016/S0092-6566(02)00005-3
- Pilkonis, P. A. (1977a). Shyness, public and private, and its relationship to other measures of social behavior. *Journal of Personality, 45*, 585-595. doi: 10.1111/j.1467-6494.1977.tb00173.x
- Pilkonis, P. A. (1977b). The behavioral consequences of shyness1. *Journal of Personality, 45*, 596-611. doi: 10.1111/j.1467-6494.1977.tb00174.x
- Pilkonis, P. A. (1977c). Shyness: Public behavior and private experience. *Dissertation Abstracts International, 37*, 5442B.
- Porter, E., & Chambless, D. L. (2014). Shying away from a good thing: Social anxiety in romantic relationships. *Journal of Clinical Psychology, 70*, 546-561. doi: 10.1002/jclp.22048
- Prisbell, M. (1991). Shyness and self-reported competence. *Communication Research Reports, 8*, 141-148. doi: 10.1080/08824099109359886
- Richmond, V. P. (1995). Amount of communication in marital dyads as a function of dyad and individual marital satisfaction. *Communication Research Reports, 12*, 152-159. doi: 10.1080/08824099509362051

- Richmond, V. P., McCroskey, J. C., & Roach, K. D. (1997). Communication and decision-making styles, power base usage, and satisfaction in marital dyads. *Communication Quarterly, 45*, 410-426. doi: 10.1080/01463379709370074
- Romney, D. M., & Bynner, J. M. (1997). A re-examination of the relationship between shyness, attributional style and depression. *The Journal of Genetic psychology, 158*, 261-270. doi: 10.1080/00221329709596666
- Schneewind, K. A., & Gerhard, A. K. (2002). Relationship personality, conflict resolution, and marital satisfaction in the first 5 years of marriage. *Family Relations, 51*, 63-71. doi: 10.1111/j.1741-3729.2002.00063.x
- Tackett, S. L., Nelson, L. J., & Busby, D. M. (2013). Shyness and relationship satisfaction: Evaluating the associations between shyness, self-esteem, and relationship satisfaction in couples. *The American Journal of Family Therapy, 41*, 34-45. doi: 10.1080/01926187.2011.641864
- Timm, T. M., & Keiley, M. K. (2011). The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis. *Journal of Sex & Marital Therapy, 37*, 206-223. doi: 10.1080/0092623X.2011.564513
- Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (2008). Relational maintenance, satisfaction, and commitment in marriages: An actor-partner analysis. *Journal of Family Communication, 8*, 212-229. doi: 10.1080/15267430802182522
- Wenzel, A., Graff-Dolezal, J., Macho, M., & Brendle, J. R. (2005). Communication and social skills in socially anxious and nonanxious individuals in the context of romantic relationships. *Behaviour Research and Therapy, 43*, 505-519. doi: 10.1016/j.brat.2004.03.010
- Woszidlo, A., & Segrin, C. (2013). Negative affectivity and educational attainment as predictors of newlyweds, problem solving communication and marital quality. *The Journal of Psychology, 147*, 49-73. doi: 10.1080/00223980.2012.674069
- Zhao, J., Kong, F., & Wang, Y. (2013). The role of social support and self-esteem in the relationship between shyness and loneliness. *Personality and Individual Differences, 54*, 577-581. doi: 10.1016/j.paid.2012.11.003
- Zimbardo, P. G. (1977). *Shyness: What it is, what to do about it*. New York, NY: Addison Wesley.
- Zimbardo, P. G., Pilkonis, P. A., & Norwood, R. M. (1975). The social disease called shyness. *Psychology Today, 8*, 69-72.

收件日期：105年08月08日
複審一日期：105年08月26日
複審二日期：105年11月21日
複審三日期：105年12月23日
通過日期：106年04月21日

A Study on The Relationships among Shyness, Marital Communication and Marital Satisfaction

Su-Mei Su*

National Kaohsiung Normal University

The vulnerability-stress-adaptation model (VSA) of marital development provides a framework for understanding the variations in marital quality and stability over time (Karney & Bradbury, 1995). Marital outcomes are a function of enduring vulnerabilities, stress events, and adaptive processes in the VSA model of marital development. The VSA model is a comprehensive model that explains how the quality and stability of marriage changes over time. However, this study only focuses on part components of the model. We used the VSA model to test the relationships among enduring vulnerabilities, adaptive processes, and marital quality. The VSA model emphasizes enduring vulnerabilities have direct effects on adaptive processes, and adaptive processes have direct effects on marital quality. Shyness is a personality trait that is stable over time. It is therefore an appropriate representation of enduring vulnerability. Shy individuals possess fewer social skills and abilities to initiate discussions. Such low level of relationship self-efficacy may prevent them from managing interpersonal conflicts in families. Because communication is an important determinant in relationship satisfaction, shyness may negatively influence their marital satisfaction. This study examines shyness as enduring vulnerability, marital communication as an adaptive process, and marital satisfaction as indicator of marital quality. We hypothesized that shyness negatively influences marital communication and marital satisfaction, and marital communication positively influences marital satisfaction. Moreover, marital communication plays a mediating role between shyness and marital satisfaction. The subjects were 366 married adults in Taiwan. Structural Equation Modeling was used to analyze the data. Self-report data were gathered through the Shyness Scale revision, the Marital Communication Scale, and the Marital Satisfaction Scale. The Shyness Scale revision requires individuals to report agreement with 24 items using a 5-point Likert response scale. Composite

* Corresponding author: Su-Mei Su, email: t1696@nknuc.nknu.edu.tw

reliability ranged from .77 to .85, and the average variance extracted for each dimension ranged from .41 to .54. The Cronbach α was between .84 and .91. The Marital Communication Scale is a 5-point Likert scale that measures the couples' communication in marriage. The Cronbach α was between .88 and .94. We assessed marital satisfaction using the Marital Satisfaction Scale. This scale asks participants to evaluate their satisfaction in marriage using a 5-point Likert response scale (1=strongly disagree, 5=strongly agree). The Cronbach α was between .73 and .88.

The results are as follows: (1) Shyness has negative direct effects on marital communication. Shyness is significantly and negatively associated with marital communication. (2) Marital communication has positive direct effects on marital satisfaction. Marital communication can predict individual marital satisfaction. The better marital communication is, the higher marital satisfaction is. (3) Marital communication completely mediate the relationships between shyness and marital satisfaction. The impact of shyness on individual marital satisfaction is entirely through marital communication. (4) There are significant gender differences on the path coefficient from shyness to marital communication. The path coefficient for males is greater than the coefficient for females, indicating that shyness has worse effects on males' marital communication than females'. In conclusion, this study shows that shyness negatively correlate with marital communication and marital satisfaction. Furthermore, marital communication completely mediate the relationship between shyness and marital satisfaction. The results of this study confirm the relationships among the three elements of "vulnerability", "adaptation process" and "marital quality" in the VSA model of marriage proposed by Karney and Bradbury (1995). The enduring vulnerability of shyness will affect the adaptation process of the individual in marriage, and the adaptation process of the individual in the marriage will affect marital satisfaction. Suggestions and implications for education, counseling, and future research are discussed.

Keywords: Marital communication, marital satisfaction, multi-group analysis, shyness.