

# 大學生戀愛關係中生氣表達之初探

## Anger Expression in Intimate Relationship for the College Students：A Pilot Study

劉育如 危芷芬  
臺北市立大學心理與諮商學系

### 1.研究動機：

大學生的情緒控制力強，但對於表達及控制間的相互關係仍有矛盾及兩難之處（江文慈，2004）。大學生在不同情境、對象、關係程度的評估下，會表現出不同的表達情緒方式，其原因在於華人社會人際互動有很多層面的考量，避免造成人際關係間的變化（江文慈，2012）。

李怡真、林以正（2006）發現大學生在情緒表達衝突與戀愛關係的品質上具有跨情境的穩定性。因此在愛情的發展過程中，情緒表達經常是研究者所關切的角度，但大多以愛情風格、愛情依附型態、人格特質等為相關研究的變項，鮮少有人針對生氣表達方式進行深入討論。

本研究目的在於瞭解男、女大學生在戀愛關係中如何表達伴侶或其他人造成的生氣情緒，期能將研究結果應用於後續研究，並給予實務工作者相關建議。

### 2.研究方法：

參與者為104名大學生，包括26名男性及78名女性。招募中國文化大學教育學系大一到大四學生及師資培育中心一、二年級學生為主，受試者於google網路問卷平台填答。

本研究採取受試者間設計，自變項是情境故事裡造成生氣的對象（同學或伴侶）及性別（男或女）、生氣表達方式（直接方式、間接方式、不表達、控制），依變項是生氣表達方式的符合程度。統計分析方法為三因子混合設計變異數分析。

參與者首先閱讀模擬情境故事，描述不同對象(同學、伴侶)造成生氣，然後回答如何對伴侶表達生氣情緒。本研究參考李瑞玲（1993）提出的生氣表達方式，運用因素分析整理出四大因素，分別是「放在心中不表達生氣」、「以間接方式表達生氣」、「以直接方式表達生氣」、「控制生氣」，共18題，用六點量尺。

### 3.研究結果：

研究發現無論是男性或女性在生氣情緒的表達上多數採取「控制生氣」的方式，而在面對不同對象(伴侶或同學)產生的生氣情緒多數人是以「控制生氣」的方式表達生氣。

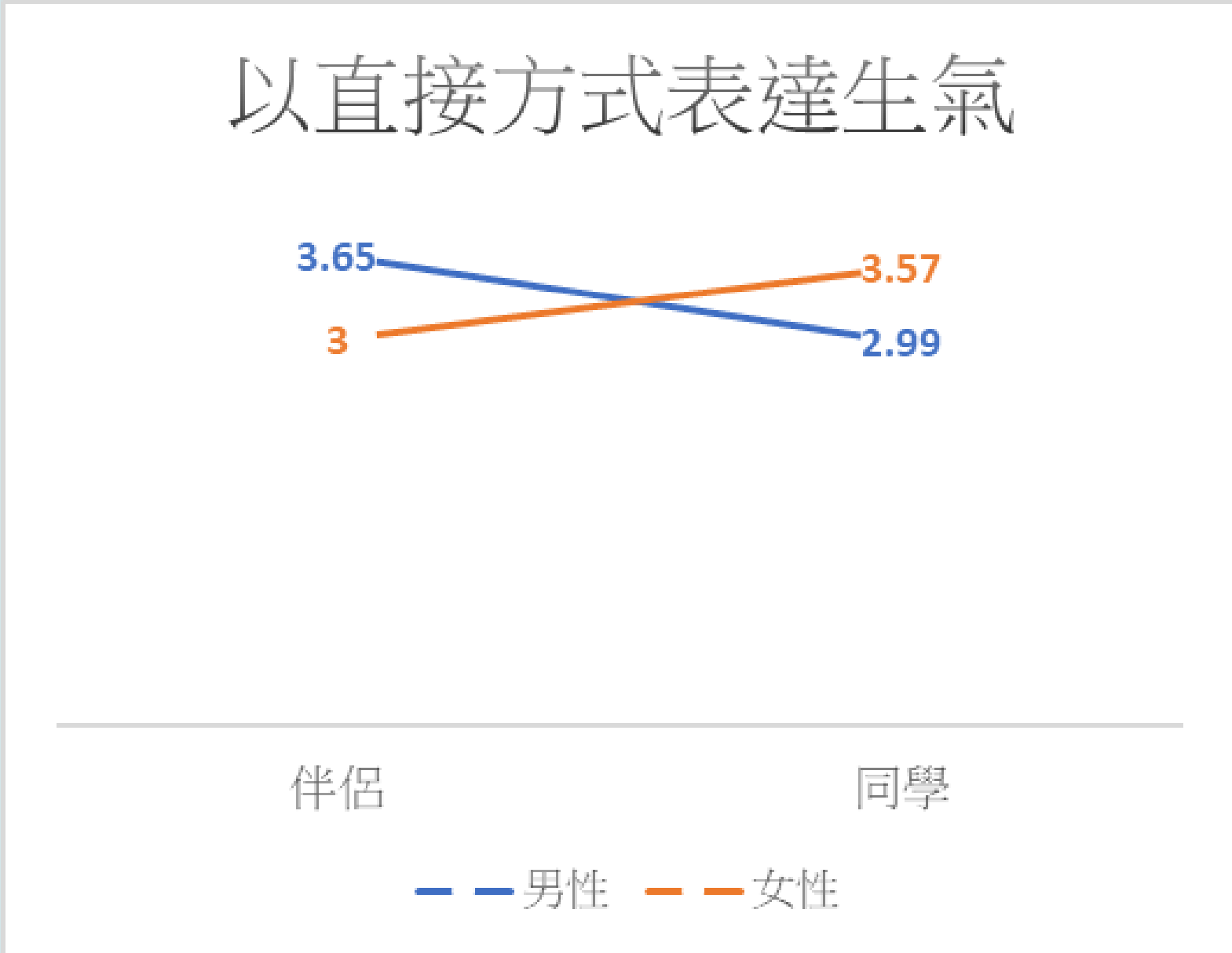
表一：不同性別的生氣表達方式變異數分析表

性別	男性		女性		F	p	$\eta_p^2$
	M	SD	M	SD			
放在心中不表達生氣	3.24	1.17	3.27	1.07	0.02	0.90	0.00
以間接方式表達生氣	2.33	0.87	2.79	1.02	2.66	0.11	0.03
以直接方式表達生氣	1.55	0.75	1.73	0.91	0.23	0.63	0.00
控制生氣	3.96	0.82	3.57	0.86	3.32	0.07	0.03

表二：不同對象的生氣表達方式變異數分析表

對象	伴侶		同學		F	p	$\eta_p^2$
	M	SD	M	SD			
放在心中不表達生氣	3.12	1.02	3.39	1.15	0.03	0.86	0.00
以間接方式表達生氣	2.92	0.95	2.43	1.01	5.44	0.02	0.05
以直接方式表達生氣	1.78	0.88	1.59	0.87	3.31	0.07	0.03
控制生氣	3.67	0.85	3.67	0.88	0.18	0.68	0.00

男性對伴侶引起生氣比因為同學引起生氣時，更容易對伴侶直接表達生氣；女性則無明顯差異。



圖一：性別與對象對於直接表達生氣的交互作用

### 4.討論：

- ① 男性比較容易因伴侶造成生氣而直接表達，同學造成生氣較少直接表達；但是女性直接表達生氣與造成生氣的來源無關。因此男性表達生氣特別容易針對親密伴侶，可能是因為生氣表達較符合男性位居高權力、高地位的性別角色期待。
- ② 間接表達生氣比較常出現在伴侶引起生氣時，此一發現反映出個人一方面希望藉由生氣表達來提醒伴侶注意自己的需求，但又擔心直接表達會影響雙方的親近性，所以可能採取間接表達的方式。