

防衛型高自尊者面對威脅情境的防衛反應： 給予不同讚美的影響效果

中原大學心理系

專題生：劉馥瑁 指導教授：李怡真教授

序論

自尊

自尊通常被定義為我們對自己的正向或負向評價（Coopersmith, 1967），因為過去多數的自尊測量為自陳式測量，易受到社會讚許效果等因素影響，使得有研究者開始採取間接的方式對自尊進行測量，發展出有別於自陳式測量外顯自尊的內隱自尊測量方式。而有研究指出，當個體的外顯與內隱自尊存在差距時，尤其是在高外顯低的內隱的狀況下，若其自我遭受到威脅時，容易伴隨著較高的防衛反應，因此這種自尊的類型稱之為「防衛型高自尊」，而與之相對的高外顯高內隱自尊者，稱為安全型高自尊（Jordan, Spencer, Zanna, HoshinoBrowne, & Correll, 2003）。上述兩種類型的高外顯自尊在一般情況下並無差異，但若在自我受到威脅的情況下，防衛型高自尊者由於內隱自我評價較低，易受到外在負面刺激影響而受到傷害，容易採取攻擊威脅來源的手段來保護自我（羅婉慈、葉光輝，2014）。

讚美回饋

人們時常運用讚美來鼓勵兒童，而讚美的方式不同，是否又會對兒童帶來不同影響，有研究指出，讚美的效果取決於表達方式，將讚美分成了對個人能力的讚美，以及對行為過程的讚美（Ginott, 1965; Kamins, & Dweck, 1999）。相關的研究結果也發現，使用對個人能力的讚美方式，使得兒童更容易將事情成敗與自我價值連結，會造成兒童在經驗到失敗時，認為自己的價值降低，感受到更多的羞愧感，而這樣的狀況在低自尊的兒童身上會更加明顯（Eddie Brummelman, Sander Thomaes, Geertjan Overbeek, Bram Orobio de Castro, Marcel A. van den Hout, & Brad J. Bushman, 2014）。

研究假設

基於上述，本研究欲了解防衛型高自尊者在自我遭遇威脅時所伴隨的防衛反應，可否利用適當的讚美方式，像是對於行為過程的讚美，使得其在該項事物面臨失敗情形時減少防衛反應。因此本研究假設「防衛型高自尊的人在對其行為過程給予讚美後，面對失敗情境時可以降低其防衛反應」。

研究方法

研究設計

本研究採用獨立樣本設計。第一階段透過外顯自尊量表篩選出高外顯自尊者，請其參與第二階段實驗。第二階段實驗中，首先讓參與者進行內隱自尊觸發作業，藉以篩選出低內隱自尊者，並隨機將其指派至個人讚美組與行為讚美組，給予兩組參與者不同的回饋。接著再進行一項困難的作業，完成後給予負向結果，使之面對失敗情境，最後針對此失敗情境使用問卷方式測量防衛反應狀況。



個人讚美組/行為讚美組

從剛剛練習結果來看，表現很棒喔。

從剛剛練習結果來看，你很努力喔。

負向結果

系統符合低內隱自尊者共9人，最後隨機分派至結算：你的得分為46分，因此低於整體平均值。

研究參與者

研究參與者共89人，符合高外顯自尊者共48人，最後邀請到15人參與第二階段實驗，「個人讚美組」有4人，「行為讚美組」有5人。

研究工具

外顯自尊。外顯自尊的測量採用中文版Rosenberg自尊量表。此量表為鄭伊真（2011）將國內多個Rosenberg自尊量表的中文譯本做整理分析，修訂出不違背英文原意，符合國人語文使用習慣，且通順、完善的中文版Rosenberg自尊量表。此測驗共十題，採用李克特式六點量尺，1分到6分，依序為幾乎完全不符合/很小部分符合/小部分符合/大部分符合/絕大部分符合/幾乎完全符合。

內隱自尊。內隱自尊的測量採用華人內隱自尊觸發作業（余思賢、孫蓓如，2004）。研究者參考此作業程序，使用自我觸發詞「姓名」以及非自我觸發詞「他們」，並各自配對8個正向詞與8個負向詞，參與者必須判斷出現的字詞為正向或負向詞，最後以「姓名」觸發作業的反應時間計算內隱自尊分數。

防衛反應。本研究透過問卷進行資料蒐集，題目有二：一題為「參與者對外團體的表現評估分數」，Dijksterhuis（2004）指出，內隱自尊可幫助個體來保護受威脅的自我概念，不必使用諸如攻擊、歧視外團體、自我欺騙等自我防衛策略。另一題為「參與者認為測驗成績計算方式的適當程度」，因Greenwald與Farnham（2000）發現當低內隱自尊者受到威脅時，會降低對威脅來源的重要性，以降低對自我的傷害。

結果

研究者將防衛反應的兩個指標分開計算。在「參與者對外團體的分數預測」上，透過獨立樣本T檢定發現，個人讚美組（ $M = 45, SD = 5.77$ ）與行為讚美組（ $M = 56, SD = 8.94$ ）在參與者對外團體的分數預測達到些微差異（ $t(7) = 2.11, p = .07, d = -1.42$ ），由圖一可知，當分數越低，防衛反應越高，因此個人讚美組的防衛反應分數高於行為讚美組的防衛反應分數。而在「參與者評估測驗分數計算的適當程度」上，個人讚美組（ $M = 3.0, SD = 0.82$ ）與行為讚美組（ $M = 3.0, SD = 1.87$ ）在評估測驗分數計算的適當性上並沒有達到顯著差異（ $t(5.7) = .00, p = 1.00, d = 0$ ）。

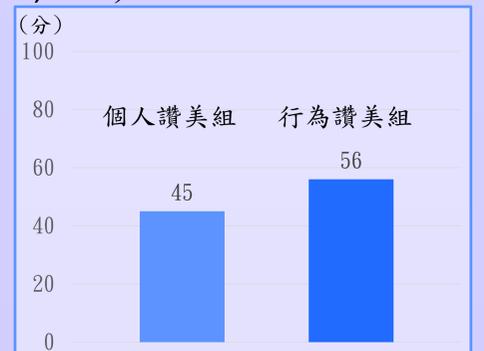


圖1 參與者對外團體分數預測

討論

本研究發現，當防衛型高自尊的個體，在面對失敗，或者威脅到自我的情境時，會出現貶低外團體的行為，但是若以讚美行為過程的方式去鼓勵防衛型高自尊的個體，可以些微減少其貶低外團體的行為，而若是讚美個人能力的方式，這些防衛型高自尊的個體，原本貶低外團體的行為並不會減少。

另外，本研究的限制有三點：第一，在第二階段時，由於參與者過少，使得參與者在外團體分數預測上的差異，可能來自樣本的內在差異，而非操弄效果導致，建議未來可在操弄前先蒐集參與者對外團體的評價資料。第二，本實驗雖然有蒐集參與者在實驗操弄後的情緒反應，但因為沒有測量操弄前的狀況，因此無法得知參與者是否確實受到失敗情境的影響。第三，參與者可能受到社會讚許效果影響，而相較不受到不同讚美的效果影響，因此在評估測驗分數計算的適當程度上，兩組的差異程度減弱到幾乎相等。

重點文獻

羅婉慈、葉光輝（民103）：《防衛型高自尊者在威脅情境下的防衛反應與自動情緒調節》。中華心理學刊、56，117-134。

Brummelman, E., Thomaes, S., Overbeek, G., Orobio de Castro, B., van den Hout, M. A., & Bushman, B. J. (2014). On feeding those hungry for praise: Person praise backfires in children with low self-esteem. *Journal of Experimental Psychology: General*, 143(1), 9-14.