

國立政治大學心理學研究所碩士論文

指導教授：孫蒨如 博士

不同關係脈絡下華人真實自我的展現



研究生：陳政裕 撰

中華民國一百零二年一月

致謝辭

這本論文能夠如期完成，首先要感謝我的指導教授—蒨如老師，老師總是很有耐心地引導我，啟發我對研究主題的種種發想。在撰寫論文的過程中，也不吝於給我意見，讓我得以從雜亂的想法中理出頭緒。其次，也要感謝我的兩位口委—林以正老師、王叢桂老師，兩位老師適時地指正我的疏漏之處並給予寶貴的建議，使論文得以更臻完善。

接著，感謝正團成員們在 meeting 時提供的意見，謝謝嘉欣、慧慈、芬英、文豪、韋傑、松晏、佳苒、張帆、芷頤。特別感謝芬英時常在我失去動力時和我聊天，分享自己的心路歷程，不斷地鼓勵我，讓我有繼續前進的勇氣。真的很高興認識妳，與妳一起談天吃飯時總是能讓我忘卻許多煩惱。而嘉欣和佳苒在口試時的協助，更是讓緊張焦慮的我，猶如吃下一顆定心丸。也謝謝佳苒在我遇到統計問題時，適時為我解惑，時常在各種瑣事上協助我，做我的小幫手。另外，也很感謝在 lab meeting 時，怡青老師、人禾、津儷、一琦、睿杰、育培、旭博、采蘋給予我的回饋。

在進行資料收集時，十分感謝諸位老師讓我到課堂上做宣傳，使論文進度有所進展，謝謝玉芬老師、蒨如老師、淑麗老師、立行老師，也謝謝志文學長提供場地和寶貴意見。還有，研究所同學們願意做我預試的受試者，感謝你們的情義相挺。另外，特別感謝好友琬真、書瑜，在我身心俱疲的時候，總能傾聽我的心事，安慰我給我打氣。除此之外，也很謝謝室友依婷總是貼心溫暖，和妳一起聊八卦和未來真的很能紓解壓力，讓我有再次面對論文的動力。

最後，感謝我的父母，謝謝你們無條件的支持。每當回家時總有熱騰騰的菜飯可吃，真的很幸福。也謝謝姊姊和妹妹的鼓勵，你們的幽默總能逗得我哈哈大笑。

三年半的時光不長也不短，寫論文的孤單和挫折遠遠超過我的想像。但願這一路的酸甜苦辣都化作成長的動力，讓我在未來能飛得更高更遠。由衷感謝這一路上給予我支持和協助的人們，讓我得以達成自己的目標，迎接人生的下一階段。

政裕

2012.12.29

摘要

本研究目的在於探討華人真實自我的內涵為何。由於「真實自我」在華人研究中較少受到關注，因此我們先藉由 Goldman 與 Kernis (2004) 的真實自我量表為架構，來了解華人真實自我，隨後參考預試結果及社會取向自我實現者的概念來編製華人真實自我量表，之後的實驗中為了反應華人重視關係的傾向，則加入「關係」變項的考量。研究 1A 使用問卷調查法，主要希望了解自編之華人真實自我量表與其他量表之關聯。結果發現自編的華人真實自我量表的內涵包含了兩個成分：「真實表達」與「彈性圓融」，概念上比 Kernis 的真實自我量表更為多元、複雜。研究 1B 為 2(觸發我：相依我 vs. 獨立我) x 2(親密程度：高 vs. 低) x 2(接受程度：高 vs. 低) x 2(訊息：正向 vs. 負向) 四因子混和設計，主要依變項為具真實自我的程度。結果顯示面對自我訊息時，對親近他人給予的訊息有較高接受程度的個體是較具有真實自我的；而對陌生他人所給予的負向訊息時，接受程度越低者越具真實自我。研究二則為 2(觸發自我：獨立我 vs. 相依我) x 2(親密程度：高 vs. 低) x (調整程度：高 vs. 低) 三因子受試者間設計。結果發現觸發自我的主要效果，被觸發相依我的個體傾向認為他人較具真實自我。分析結果也出現三因子的交互作用，被觸發獨立我的個體，認為在面對較陌生的人時，出現低調整程度是有真實自我的表現；面對親近他人時，不論如何反應皆可被視為是真實自我的展現。整體而言，本研究顯示華人的真實自我較為複雜、多元的，會隨著不同的「關係」來決定如何行為反應，而這樣的調整變化仍被視為是真實自我的展現。

關鍵字：真實自我、關係、訊息正負向

Abstract

The present research was designed to investigate the Chinese authenticity. Kernis (2003) defined authenticity as “the unobstructed operation of one's true or core self in one's daily enterprise”. However, the topic hasn't been explored in Chinese culture. Therefore, based on the Authenticity Inventory (Goldman & Kernis, 2003) and the concept of social-oriented self-actualizers proposed by Yang (2003), we developed the Chinese authenticity inventory first, then conducted experiments to explore the concept of Chinese authenticity. The purpose of study 1A was to check the correlations between the scale of Chinese authenticity and other scales to establish the validity of the scale. The result showed that Chinese authenticity has two major components: “authentic expression” and “flexibility”. In study 1B, one hundred and six participants were assigned to a 2 (prime: independent self vs. interdependent self) x 2 (evaluation: positive vs. negative) x 2 (*guanxi*-closeness: good friend vs. acquaintance) x 2 (acceptance: high vs. low) mixed design. The main dependent measure was the degree of authenticity. The result indicated that low acceptance of negative evaluation from an acquaintance would be considered as more authentic. In study 2, one hundred and twenty-one participants were assigned to a 2 (prime: independent self vs. interdependent self) x 2 (*guanxi*-closeness: good friend vs. acquaintance) x 2 (the degree of compromise : high vs. low) between-subjects design. The result showed a significant three-way interaction, participants who were primed with independent self would rate behavior that showed low compromise to an acquaintance as more authentic. To sum up, this present study indicated that Chinese authenticity is more complicated than Kernis (2003) was defined. Chinese people often take “*guanxi*” into consideration when they decide how to act in different situations, and this doesn't violate their concept of authenticity.

目錄

第一章 研究動機與目的.....	1
第二章 文獻探討.....	3
第一節 真實自我.....	3
第二節 華人的真實自我.....	7
第三章 前置研究.....	11
第一節 目的.....	11
第二節 研究方法.....	11
第三節 研究結果.....	13
第四節 小結.....	23
第四章 本研究想法.....	26
第五章 研究一.....	30
第一節 研究 1A 目的.....	30
第二節 研究 1A 方法.....	30
第三節 研究 1A 結果.....	32
第四節 研究 1B 的目的與假設.....	35
第五節 研究 1B 方法.....	37
第六節 研究 1B 結果.....	43
第六章 研究二.....	50
第一節 研究目的與假設.....	50
第二節 研究方法.....	52
第三節 研究結果.....	56
第七章 討論.....	62
本研究結果與貢獻.....	62
研究限制與建議.....	68
參考文獻.....	71
附錄.....	76

表目錄

表 3-1、各題平均數與子量表內部一致性.....	13
表 3-2、察覺成份因素分析摘要表.....	14
表 3-3、開放式問答之察覺成份.....	15
表 3-4、客觀處理成份因素分析摘要表.....	16
表 3-5、開放式問答之客觀處理成份.....	17
表 3-6、行為成份因素分析摘要表.....	19
表 3-7、開放式問答之行為成份.....	19
表 3-8、關係取向成份因素分析摘要表.....	21
表 3-9、開放式問答之關係取向.....	21
表 3-10、華人真實自我量表因素分析摘要表.....	23
表 5-1、華人真實自我量表因素分析摘要表.....	32
表 5-2、各量表相關.....	34
表 5-3、研究 1B 實驗設計.....	35
表 5-4、四因子變異數分析摘要表.....	45
表 5-5、各組真實自我程度平均數摘要表.....	46
表 5-6、正向訊息開放式問答整理.....	47
表 5-7、負向訊息開放式問答整理.....	48
表 6-1、研究二實驗設計.....	49
表 6-2、不同觸發組別之反應時間與正確率.....	56
表 6-3、真實自我程度之三因子變異數摘要表.....	58
表 6-4、各組真實自我程度之平均數摘要表.....	58
表 6-5、印象分數之變異數分析摘要表.....	60
表 6-6、各組印象分數之平均數摘要表.....	60

第一章 研究動機與目的

隨著時代的演變，西方文化和思想蔓延全球，提倡自主與獨立的價值觀。不僅替華人社會注入一股新的活力，同時，也帶來不少衝擊和反思。在日常生活中，「直來直往」可以是坦誠和直率的表現，也可能得罪別人而不自知。「做自己」可能被認為是堅持理想、勇往直前，也可能被認為是離經叛道、不學無術。到底「忠於自我」等不等於「隨心所欲、為所欲為」？華人對於「忠於自我」這一個概念又有甚麼不同於西方社會的想法呢？本研究主要的研究動機與目的在於了解華人認為怎樣的人才是一個真實、忠於自我的人？是否隨著不同關係脈絡而有不同的行為反應，仍是真實自我的展現呢？

由於華人和西方人在自我的建構上就有很大的不同，也連帶影響了華人行為表現和評價準則。Markus 與 Kitayama (1991) 區分出獨立與相依之自我建構 (independent-interdependent self-construal)。認為西方文化下的個體較偏向獨立自我建構，認為自己是獨特的，並獨立於他人之外；華人文化下的個體則偏向相依自我建構，認為自己是社會關係中的一部分。此外，楊國樞 (1993) 也將社會取向界定為一種高融合性趨勢與低自主性趨勢的組合，而個人取向 (或個體取向) 則為一種高自主性低融合性趨勢的組合。他認為華人與其生活環境互動的方式即為社會取向，西方人則主要是以個人取向為主。

因此，在華人的社會中，維繫關係、保持和諧為主要的行事原則，若非必要絕不輕易地打破與他人間的關係。這使得華人在行為表現上，往往需要考慮到當下的情境和利害關係，而無法隨心所欲的表露自己真正的看法。但是，有關華人自我研究中，並沒有針對華人真實自我的探討。因此，我們嘗試從西方的文獻中尋找類似的概念。

Kernis (2003) 曾提出的真實性 (Authenticity) 的概念，他認為真實自我是指在日常生活中，一個人能將自己真實的想法和價值觀順暢地表達、表現出來。

包含四個成份：察覺(Awareness)、客觀歷程(Unbiased Processing)、行動(Action)、關係取向 (Relational Orientation)。「察覺」指的是能夠了解自己的動機、感受、欲望，以及優點和弱點。「客觀處理」指的是能夠客觀地處理自我相關的訊息，不逃避也不誇大。「行為」指的是行為是根據自己的價值和需求，而非追求外在酬賞或逃避責罰。「關係取向」指的是隨著親密程度的不同，在親近的朋友或伴侶面前，能夠表現出真實的自己，不論是好或壞的一面。簡言之，Kernis 認為一個了解自己並且能客觀看待自己，同時將真實的自己表現出來的人才是一個具有真實自我的人。但是對於華人而言，一個具真實自我的人是否也是如此呢？在重視和諧的華人社會中，行為表現往往需要考慮與情境中他人的親疏遠近而有所調整，無法隨時隨地都如實展現。因此，我們認為華人所認為具有真實自我的人可能與 Kernis 定義的不全然相同，有其獨特之處。

綜合上述，本研究欲先以 Goldman 與 Kernis (2004) 所提出的真實量表做為架構，以便對華人如何界定真實自我有個初步的了解。同時，參考社會取向自我實現者量表 (楊國樞、陸洛，2005)，自行編製量表華人真實自我量表，以了解華人真實自我是否也有其獨特內涵。接著，再依據上述結果設計實驗，探討華人的真實自我的是否會因為不同關係脈絡而有不同的展現。

第二章 文獻探討

在日常生活中，我們往往在「做自己」與社會、文化規範之間取捨。追尋自己真正的目標與理想，固然讓我們感到十分快樂。但是，父母和社會的期望我們也無法視而不見。與人起了爭執時，當場撕破臉顯得不懂人情世故，忍氣吞聲又顯得虛偽做作。究竟怎樣的人在華人眼中才是一個具有真實自我的人呢？我們將在後續研究中一一探討。首先，我們先回顧西方學者 Kernis 提出的看法。

第一節 真實自我

根據 Kernis (2003) 所提出的真實性 (Authenticity) 的概念，他假設真實性是一個有個別差異的構念，展現出真實的自我才能有最適自尊 (optimal Self-Esteem)。Kernis 認為具最適自尊者有正向自我價值，而這些正向自我價值來自於成功地處理生活中的挑戰。同時，其行為的選擇源於真實的自我的運作。最適自尊主要特徵為下列四點：願意展露出自己負向的行為和自我面向、內隱自我價值為正向的、自我評價很少來自於外在或是成就、自我評價具有情境的穩定性。由此四點也可看出，能夠察覺自己的優缺點，表現真實的自己，即展現真實自我的個體，較可能擁有最適自尊。

簡言之，展現真實自我意指個人在日常生活中，能將自己真實的想法和價值觀順暢地表達、表現出來。Goldman 與 Kernis (2001) 便嘗試以此概念為主軸編製量表，並以大學生做為樣本，以題目間的相關與探索性因素分析刪減題目。最終的版本 (AI-3, Goldman & Kernis, 2004) 包含45題 (真實察覺12題，客觀處理10題，行為11題，關係取向12題)。整體量表的Coefficient alpha為 .90。各子量表之Coefficient alpha分別為：察覺 .79，客觀處理 .64，行為 .80，及關係取向的為 .78。整體量表之再測信度(約四周後，樣本數120人)為 .87，察覺為 .80，客觀處理為 .69，行為為 .73，關係取向為 .80。

接著，作者為了檢驗真實自我的四個成份與真實自我此一構念的關係為何，提出三種可能性。第一種可能性，真實自我是一個多面向的構念，包含四個獨特的成分。即四成份在概念上是獨立的但是每個成分都與真實自我有內部相關（interrelated aspects of authenticity）。以因素分析來說，這個情況就等同於一個四因素的模式。

第二種可能性，真實自我有可能是一個單向度而非多向度的構念。即這些成分可能在概念上獨立，但是在實際上彼此間高度相關。因此，真實自我代表的是一個單一而廣泛的構念。以因素分析來說，每個成分在每個因素上都會具有高的因素負荷量。

第三種可能性則綜合了前兩種可能。因為就實務上來說，四個成分間不可能完全獨立也不可能完全高度相關。因此，較有可能的情況是假設真實自我的構念是較為廣泛的、高層次的抽象構念，包含各個真實自我的成分。如此一來，四個成分間為獨立的，但同時也是真實自我的潛在構念之一。即真實自我具有階層性的結構，整體的真實自我是藉由四個獨立但是彼此相關的成分表現出來的。若此假設為真，則一個二階因素模式中，各成分間彼此相關不會非常高，但又足以充份歸納其為二階真實自我因素。

作者使用驗證性的因素分析（CFA）來對此三個模式進行檢驗。結果發現三個模式在適合度指標（Goodness-of-fit indices）上皆達到顯著，但是此為CFA的常見的結果。接著，進一步進行整體模式的適合度考驗，結果發現單向度模式適合度很差，四因素模式的適合度則較佳。顯示真實自我是一個多向度的構念也支持了四因素模型中四個因子的區別效度。最後，為了瞭解是否存在一個高階的真實自我構念足以解釋任何存在於四個初階真實自我因子間的關係。於是，對二階模式與四因素模式的適合度進行比較，結果發現兩模式之適合度並未有顯著差異。替代性適合度指標（Alternative goodness-of-fit indices）也未有顯著差異。表示

較為精簡的二階模式更適合解釋初階真實自我的內部關聯。此外，二階層模式的驗證性因素分析中，所有參數也都達到顯著。支持真實自我為一個階層性的結構，整體的真實自我是藉由四個獨立但是彼此相關的成分表現出來的。

真實自我各成份與其相關研究

接著，我們再更進一步詳述真實自我各成份的定義與其相關研究。Kernis (2003) 提出「察覺」(Awareness) 指的是察覺自己的動機、感受、欲望，包含優點和弱點。接受自己擁有多個自我面向，並運用在與他人、環境的互動中。研究也指出真實自我的察覺與生活滿意、自尊有正相關，與負向情緒有負相關 (Goldman & Kernis, 2002)。

其次，「客觀處理」(Unbiased Processing) 指的是客觀地處理自我相關的訊息，不否認、誇大、忽略內在的經驗與外在的評價訊息，接受自己的正面和負面。研究指出客觀處理與生活滿意度有正相關 (Goldman & Kernis, 2002)。就長期而言，對自我訊息能正確知覺的個體也比具正向錯覺的個體擁有較佳的心理適應，因為使用正向錯覺只能維持短暫較佳的心理適應，最終導致較差的心理適應 (Robins & Beer, 2001; Vaillant, 1992)。

其三，「行為」(Action) 指的是行為是根據自己的價值和需求，而非外在酬賞或避免責罰。表示一個展現真實自我的人的其行為表現與心裡所想的一致，並不會受到他人或是環境要求而更動。研究指出真實自我的行為與自尊有正相關，與自尊來自外在標準或期許 (Contingent high self-esteem) 有負相關 (Goldman & Kernis, 2002)。

其四，「關係取向」(Relational Orientation) 指的是在親近的朋友或伴侶面前，能夠表現出真實自我，不論是好或壞的一面，在親密關係中能自我揭露和彼此信任。研究指出真實自我的關係取向與生活滿意有正相關，與負向情緒有負相關

(Goldman & Kernis, 2002)。與安全依附 (secure attachment) 有正相關，與焦慮依附 (preoccupied attachment)、逃避依附 (fearful attachment) 有負相關 (Goldman, Brunell, Kernis, Heppner, & Davis, 2005a)，與拒絕敏感度有負相關 (Goldman, Kernis, Foster, Hermann, & Piasecki, 2005b)。

真實自我整體量表相關研究

後續研究主要的研究發現為真實自我量表得分與心理適應、幸福感、生活滿意度等生活適應指標有正相關 (Heppner et al., 2008; Goldman, 2004; Goldman et al., 2005b)。顯示越是展現真實自我的人越能有較佳的身心適應。

真實自我量表與親密關係相關的研究也顯示：越展現真實自我的人越是屬於安全依附的類型，越能在一段關係中有較高的滿意度。真實自我量表與安全依附均為正相關，與逃避、焦慮依附為負相關 (Goldman et al., 2005a)。同時，Brunel 等人 (2010) 的研究也指出個體的真實自我量表分數與關係中的建設性行為有正向關聯，且個體的真實自我量表分數可以顯著預測幸福感。此外，真實自我量表分數與自我揭露具有正相關。越展現真實自我的個體有越多的非自我中心的反應，越少的自我中心反應。對於親密關係的問題多以建設性的方式解決，少以破壞性的方式解決 (Goldman et al., 2005a)。

真實自我量表分數與「正觀覺察注意量表」 (Mindful Attention Awareness Scale, MAAS)、「肯塔基州覺知量表」 (Kentucky Inventory of Mindfulness Skills, KIMS) 也有正向關聯 (Kernis & Goldman, 2005)，顯示越是展現真實自我的人越能越能忘情投入當下經驗，並了解、察覺、接受自己當下的經驗與感受。同時，真實自我與自我實現、自主性、個人成長有正向關聯 (Kernis & Goldman, 2005; Goldman et al., 2005b)。真實自我與角色間的平衡也有正向關聯 (Goldman, 2004)。顯示越展現真實自我的人越能達成自己的目標和理想並且積極投入每個角色。

綜合上述，真實自我強調當個體越能察覺自己的優缺點、不同面向，行為越

能表現出自己內在價值時，越能展現真實自我，也越可能具有最適自尊及良好生活適應。

因此，本研究主要的目的是想藉由Goldman與Kernis（2004）所發展出的真實自我量表為架構來檢驗華人真實自我的內涵及其可能與Kernis定義的真實自我之間的差異。再依據分析結果，設計相對應的實驗加以檢驗，以了解華人真實自我獨有的內涵。

第二節 華人的真實自我

在西方文獻中，Kernis（2003）認為一個展現真實自我的人，應能了解自己並且能表達出自己真實自我的想法與行為，同時，也越可能擁有最適自尊。但是，「真實自我」此概念在華人研究中是較少受到關注的，華人真實自我的樣貌為何，仍是十分模糊的。因此，在探討華人真實自我前，我們先回顧有關華人自我的相關文獻，再進一步討論華人的自我建構可能如何影響華人的真實自我。

華人雙元自我

Markus 與 Kitayama（1991）提出「自我建構理論」，區分出兩類不同的自我建構。獨立自我建構的個體認為自己是獨特的，並獨立於他人之外；而相依自我建構的個體則認為自己是社會關係中的一部分。後續研究也指出，在個體主義文化社會下的個體，則是偏向獨立我的，例如歐美各國。在集體主義文化社會下的個體，則是偏向相依我的，例如台灣、印度（Gudykunst et al., 1996; Kim et al., 1996）。

有關華人的自我，楊國樞（Yang, 1995）以社會取向為核心概念，發展出一套解釋中國人社會心理互動的系統。「社會取向」是指個人與周遭環境建立並維護和諧的關係，將自己融入，以有效地達成集體及社會關係性目標的傾向。與「社會取向」相對的是「個人取向」，即指個人從環境分化、主導、控制、改變環境，

以求達成個人的野心和願望。楊氏認為華人與其生活環境互動的方是主要是以社會取向，西方人則主要是以個人取向。

陸洛（2003）則提出折衷自我的看法，認為經過透過東西文化交流帶來的社會變遷，「獨立我」與「互依我」這兩套自我系統已逐漸共存。即華人可同時具有個人取向與社會取向自我。「折衷自我」採彈性的「人我關係」界定，一方面關注人我的分離性與個人的獨特性，強調個人有別於他人、獨立於他人的內在特徵，清楚地意識到個人的需求、欲望、興趣、能力、目標及意向，能夠適當地表達個人的動機、認知及情緒，追求個人的成就與潛能的發揮；另一方面又關注人我的關連性與個人對他人的依賴性，強調個人在其社會關係網中的角色、地位、承諾、義務及責任，清楚地意識到團體的目標和福祉，能夠適時的將團體置於個人之前，追求團體的成就與榮耀。

此「自我融合」現象在台灣華人中特別明顯。即便如此，文化差異依然明顯：華人的「互依我」較「獨立我」為強，而英國人的「獨立我」則較「互依我」為強（Lu et al., 2001, 2003）。換言之，華人具備雙元自我，同時擁有個人取向與社會取向的自我。但是，相對而言社會取向自我仍是強於個人取向自我的。

個人取向與社會取向自我實現者

前述最適自尊指的是一個人具有穩定的、正向的自我評價。而一個自我實現者是一個社會認定具有良好適應與最佳心理狀態的人，與最適自尊的定義十分類似。因此，我們欲先以自我實現者的心理特徵為基礎，從自我實現者的各項心理特徵逐步形塑出華人真實自我的樣貌。不過，由於東西方自我建構上的差異，不同文化下對自我實現者的看法也有所不同。

從西方個體主義發展出的理論，如 Maslow（1968）認為自我實現是所有人皆有的內在潛質，當一個人充份發展並實現自己的潛能時，他才能達到完全的心

理成熟。Rogers (1951) 強調真實性 (authenticity) 這一價值，即相信自己，誠實面對自己，做自己想做的事，活出真正的自己 (true self)。Allport (1961) 描繪的理想人格與上述二位也很類似，皆強調知覺的現實性、自我的獨立性、關係的親密性、經驗的完整性、心智的自由性、及心靈的超越性。而 Kernis (2003) 真實自我這個概念的想法也很類似於西方學者對於自我實現者的看法。

但是，上述觀點未必完全適用於集體主義文化社會，楊國樞 (Yang, 2003) 曾對 Maslow 理論提出質疑。他認為 Maslow 理論中的上層需求 (人際歸屬需求、尊嚴需求、自我實現需求) 充滿個人主義文化的特色，集體主義文化下的個體，其所追求的自我表現未必相同。楊氏指出可能在四方面有所不同，略述如下：

(1) 所實現的自我不同：個人主義取向自我實現中所要實現的是內在性、個人性的自我 (internal-personal self)，但集體主義取向自我實現者所實現的主要是社會性、關係性的自我 (social-relational self) (2) 實現的方法或途徑不同：個人主義取向自我實現所採取的實現方式主要是以個人潛質、能力在非社會性、非關係性之生活範疇中的充分展現；但集體主義取向自我實現所採取的實現方法則是經由社會取向的自我修養與自我改進的歷程，以及角色、責任、許諾等在社會性與關係性之生活範疇的適當表現。(3) 實現的目的和動機不同：個人主義取向自我實現主要目的是讓個人成為一個充分運作的、自主的、獨立的、獨特的個體；但集體主義取向自我實現的主要目的則是培養與改進人的各種良好特性，以便在道德、關係等方面獲得較好的發展，從而使人能在關係、團體、及國家中過一種和諧的社會生活。(4) 自我實現對當事人的影響不同：自我實現的結果，可能形成若干穩定的共同心理特徵，稱為自我實現者的特徵。而社會取向自我實現者與個人取向自我實現者的心理特徵 (例如：獨立自主、民主態度) 有所不同。整體而言，楊氏 (2003) 認為儒家傳統所強調的「君子」應該就是華人社會取向的自我實現者。儒家傳統下描述「君子」的種種特徵應該就是華人世界中社會取向自我實現者的共同心理特徵。

因此，對於偏向社會取向自我的華人來說，一個理想的人格或心理狀態應該是不會為了個人利益而忽略團體利益的，而是會對所處團體有份責任感和使命感。換言之，華人的自我實現是與關係中他人息息相關，無法切割的。而非如同偏向個人取向自我的西方人完全的以自我為中心，只考慮自己是否將自己的能力或特質充分發揮。同時能恰如其分的表現自己及顧及關係的和諧，或許才稱得上是達到理想的心理狀態，或是所謂的「做自己」。換言之，我們認為一個展現真實自我的華人仍深受情境中「他人」影響。因此，本研究想了解是否華人的真實自我不但反映出自己內在真正的價值觀與想法，同時也會隨著不同的關係或親密程度而有所調整。



第三章 前置研究

第一節 目的

本前置研究主要的目的在於探討華人真實自我內涵為何。我們認為華人的真實自我或許與西方學者所定義出的真實自我的樣貌不盡相同。在華人集體主義文化下，相較於追求個人真實想法的展現，個人與團體間的和諧應該是更為重要的，即華人應會對關係脈絡有較多的考量。

換言之，我們認為華人社會下所認定展現真實自我的人，也同時重視社會取向的自我實現。這樣的人除了堅守自己的原則外，也會兼顧關係的和諧。因此會受到關係中「他人」的影響而對行為表現的方式和程度有所調整，但並不違背自己的本意。

針對上述想法，由於在華人文獻中並未有針對真實自我之研究，我們將先進行一個前置研究，欲以 Goldman 與 Kernis (2004) 發展出的真實自我量表為基礎，先以問卷調查法來了解華人的真實自我內涵與 Kernis (2003) 定義的有何異同。同時參考華人的社會取向自我實現者 (陸洛、楊國樞，2005) 的概念編製量表，了解華人真實自我的雛形，探討華人真實自我的獨特內涵。並以此結果為基礎，設計後續研究，來檢驗華人真實自我與西方研究者定義的不同之處，其意義與內涵為何。

第二節 研究方法

受試者

有效樣本 76 名大學生，男性 30 人，女性 46 人。透過「心理學概論」課堂招募，以課程要求之實驗點數做為酬賞。

實驗材料

華人真實自我量表 使用自編的問卷，為了避免受試者對「真實自我」一詞毫無概念而無法作答。在不引導受試者作答方向的前提下，在問卷開頭處會對「真實自我」一詞稍作解釋。此量表分為四個部份：第一部份採開放式的作答，請受試者描述他們所認為展現真實自我的人是怎樣的？至少用五句話描述（見附錄一）。

第二部份則參考Kernis（2003）對真實自我四個成分的定義做為架構，採開放式的作答方式。請受試者寫出他們所認為具真實自我的人在下列各方面會如何表現？在回答主要問題後，再依序回答子問題。例如：(1) 一個有真實自我的人了解自己嗎？(1.1) 了解自己的優點嗎？(1.2) 了解自己的缺點嗎？(1.3) 清楚自己行為背後的動機嗎？（見附錄一）

第三部份則是翻譯真實自我量表題目（Goldman & Kernis, 2004），以了解華人真實自我內涵與Kernis定義的是否相同。例如：你認為一個具真實自我的人，對自己深層的欲望或想法了解的程度為何？採用七點量表，分數越高代表該題所指涉的現象程度越高（見附錄一）。

第四部分則參考華人自我實現的個人與社會取向（陸洛、楊國樞，2005），設計出華人可能的真實自我內涵的題目。例如：“有真實自我的人在日常生活中，兼顧道德與才能的培養。”“有真實自我的人即使不贊同別人的意見，還是會與對方和睦相處。”採七點量表，評估同意程度，1表示非常不同意，7表示非常同意（見附錄一）。

程序

請受試者閱讀過實驗同意書後，進入正式階段，請受試者填寫上述問卷。實驗結束後釋疑並給予酬賞。

第三節 研究結果

首先，針對 Goldman 與 Kernis (2004) 的真實自我量表進行分析，再佐以開放式問答之結果。Kernis 認為展現出真實自我之個體，應在四個成份上均得高分。因此我們先將反向題以反向計分後，再計算平均數、各子量表內部一致性 Cronbach α 係數 (見表 3-1)。結果各量表 α 係數如下：察覺成份為 .86，客觀處理為 .68，行為為 .79，關係取向 .66。在察覺成份部分受試者在各題得分皆顯著高於中點，而客觀處理、行為、關係取向則有部分題目得分與中點無異。這結果似乎顯示東西方受試者都認為一個展現真實自我的個體必須要能了解自己的優缺點及想法，但是在如何處理自我訊息、行為表現上、在關係中的表現上則未

表 3-1 各題平均數與子量表內部一致性

察覺	平均數	不偏歷程	平均數	行為	平均數	關係取向	平均數
a1	5.67	a3	4.80	ra15	4.01	a4	5.66
a2	4.96	rb2	4.12	b3	4.03	a10	5.26
a5	5.97	b4	4.12	b5	4.32	a11	5.20
a6	5.53	b16	4.18	b7	5.78	a12	6.12
a7	5.37	b17	5.00	b10	6.01	a13	5.09
a8	5.82	b18	4.01	b13	5.63	a14	5.34
a9	6.05	b19	5.79	b21	4.09	ra16	3.84
b1	6.14	b20	3.96	b23	4.11	b6	5.14
b14	5.50	b24	3.71	b25	5.37	b8	5.82
b15	5.76			b27	3.89	b9	4.36
				b28	4.17	b11	4.89
				b29	4.16	b12	3.75
						b22	5.72
						b26	5.55
總平均	5.68		4.41		4.63		5.13
α	0.86		0.68		0.79		0.66

註 1：粗體字表示與中點之差異未達顯著

必一致。

察覺

因此我們再對各子量表進行因素分析，看是否能區分出有意義的因素，並以 t 考驗分析這些因素包含的題組之平均數是否與中點 4 有顯著差異，以及各因素題組之平均數間是否有差異存在。結果發現，以主成分法進行因素分析並用 Equamax 轉軸法後，在察覺的部份中，可萃取出 3 個因子。因素一的解釋變異量占 35.998%，是與對自己的了解有關的題目，因此以「對自己了解程度」命名。因素二的解釋變異量占 19.101%，是與何者對自己重要有關，因此以「了解何者對自己重要」命名。因素三的解釋變異量占 13.988%，是與哪些對自己來說不重要的有關，因此以「可分辨何者非真實自己」命名（見表 3-2）。每個因素所包含的題組之平均數皆與中點有顯著差異（ $M_{\text{對自己了解程度}}=6.73, t_{(75)}=20.51, p=.000, M_{\text{了解何者對自己重要}}=5.93, t_{(75)}=16.26, p=.000, M_{\text{可分辨何者非真實自己}}=5.63, t_{(75)}=15.56, p=.000$ ）（見附錄二、附錄三）顯示有關察覺的部分，華人也認為一個展現真實自我的人對自

表 3-2 察覺成份因素分析摘要表

代碼	題目	對自己了解程度	了解何者對自己重要	可分辨何者非真實自己	共同性
a7	對於自己最深層的想法和感受，了解的程度為？	.862	.077	-.063	.630
a6	對於自己行為背後的動機和原因，了解的程度為？	.835	-.120	.130	.563
a5	對自己的感受，了解的程度為？	.757	.413	.035	.744
a2	對自己 <u>缺點</u> 的察覺和了解，正確的程度為？	.731	.039	.164	.729
a1	對自己 <u>優點</u> 的察覺和了解，正確的程度為？	.722	.286	.164	.753
b1	對於了解真正的自己，積極的程度為？	.410	.404	.354	.852
a9	甚麼對自己是重要的，感到了解的程度為？	.314	.850	.206	.864
a8	對自己人生中希望達成的事情，了解的程度為？	.351	.850	-.085	.456
b14	表現的自己並非真實的自我時，他自己察覺的程度為？	.267	-.029	.794	.703
b15	何者對自我重要何者不重要，可以區辨的程度為？	.265	.165	.719	.614
特徵值		3.600	1.910	1.399	6.909
變異量百分比		35.998	19.101	13.988	69.087
累積變異量百分比		35.998	55.099	69.087	

己的了解程度較高。

再將上述結果進一步與開放式問答的結果做對照，發現可相互呼應。將受試者察覺部份的答案彙整後，大致上可分為三類（見表 3-3）。發現有 75.6% 受試者認為一個展現真實自我的人是了解自己的。有 88.5% 的受試者認為一個展現真實自我的人了解自己的優點。有 70.5% 的受試者認為一個展現真實自我的人了解自己的缺點。顯示受試者普遍認為一個展現真實自我的人對自己十分了解。與 Kernis（2003）定義的察覺相同，也與我們使用量表測量的結果相呼應。

表 3-3 開放式問答之察覺成份

一個有真實自我的人了解自己嗎(N=78)		
	次數	百分比
了解	59	75.6
不一定	16	20.5
不了解	1	1.3
了解自己的優點嗎(N=78)		
	次數	百分比
了解	69	88.5
不一定	8	10.3
有意願去了解	1	1.3
了解自己的缺點嗎(N=78)		
	次數	百分比
了解	55	70.5
不一定	15	19.2
不了解	7	9.0
清楚行為背後的動機嗎(N=78)		
	次數	百分比
了解	60	76.9
不一定	16	20.5
不了解	2	2.6

客觀處理

在客觀處理的成份中，可萃取出3個因素。因素一的解釋變異量占33.352%，是與負向訊息接受有關的題目，因此以「負向訊息接受度」命名。因素二的解釋變異量占16.243%，是與客觀看待負向訊息有關的題目，因此以「客觀看待負向訊息程度」命名。因素三的解釋變異量占13.812%，是與正向訊息接受有關的題目，因此以「正向訊息接受度」命名（見表3-4）。「負向訊息接受度」的題組平均數與中點無顯著差異，「正向訊息接受度」的題組平均數則與中點有顯著差異（ $M_{\text{負向訊息接受度}}=3.98, t_{(75)}=-0.10, p=.919, M_{\text{正向訊息接受度}}=5.30, t_{(75)}=12.32, p=.000$ ）（見附錄二、附錄三）。接著，再對這兩因素包含題組之平均數進行相依樣本 t 考驗後發現，兩組平均數有顯著差異（ $t_{(75)}=-6.69, p=.000$ ）（見附錄四），「正向訊息的接受度」高於「負向訊息接受度」。顯示有關自我訊息處理的部分，華人認為一個展現真實自我的人對於正向訊息的接受程度高於負向訊息。

表 3-4 客觀處理成份因素分析摘要表

代碼	題目	負向訊息的接受度	客觀看待負向訊息的程度	正向訊息接受度	共同性
b24	當有人指出他的缺點時，會嘗試將它抹滅或遺忘的程度為	.801	.095	.052	.605
b4	若要用批判性的角度評價自己，感到困難的程度為？	.788	-.236	-.007	.699
b20	對於跟自己有關的不愉快的感受，傾向抹滅或遺忘的程度	.786	.179	-.100	.660
b17	對自己最黑暗的思想和感受，傾向忽略的程度為	.735	.227	-.041	.564
rb2	客觀看待自己的缺點時，心裡感到不舒服的程度為？	.646	.412	.057	.594
b18	批判自己的程度為	-.164	.766	-.227	.653
b16	自己個人的失誤，難以接受的程度為？	.301	.668	.165	.665
b19	對於自己的成就或完成的事物，能夠坦然接受或有良好感受的程度	.107	.173	.811	.676
a3	受到讚美時，會認為這些讚美正確的程度為？	-.189	-.284	.699	.590
特徵值		3.002	1.462	1.243	5.707
變異量百分比		33.352	16.243	13.812	63.406
累積變異量百分比		33.352	49.595	63.406	

上述結果與開放式問答的結果做對照。彙整受試者客觀處理部份的開放式答案後，列出百分比前三高的答案（見表 3-5）。發現有 70.5% 受試者認為一個展現真實自我的人察覺自己的優點時會接受。但是，只有 34.6% 的受試者認為一個展現真實自我的人察覺自己的缺點時會接受。顯示受試者普遍認為展現真實自我的人對優點和缺點的接受度是不同的，他們對正向訊息的接受度是高於負向訊息的。與我們使用量表測量的結果相呼應。

表 3-5 開放式問答之客觀處理成份

察覺自己的優點如何反應(N=78)		
	次數	百分比
接受	55	70.5
正向情緒(開心或感激)	12	15.4
判斷合理後再決定是否接受	7	9.0
察覺到自己的缺點如何反應(N=78)		
	次數	百分比
接受	27	34.6
改進缺點	13	16.7
判斷合理後再決定是否接受	11	14.1

行為

行為的成份中，可萃取出 4 個因子，因素一的解釋變異量占 31.230%，是與不隱藏或調整自己有關的題目，因此以「不隱藏或調整」命名。因素二的解釋變異量占 20.880%，是與行為反映真實想法有關，因此以「行為反映想法」命名。因素三的解釋變異量占 10.607%，是與不受到他人影響有關，因此以「不受他人影響」命名。因素四的解釋變異量占 8.780%，但因為只包含一題，所以不予考慮（見表 3-6）。其中「不隱藏或調整」題組平均數與中點無顯著差異，表示華人認為展現真實自我的人在行為上不隱藏的程度較低，顯示一個展現真實自我的人仍會視情況調整自己的行為。「行為反映想法」題組平均數則與中點有顯著差異，表示華人認為一個展現真實自我的人行為和想法一致。而「不受他人影響」題組

中雖只包含 2 題，但因平均數與中點沒有顯著差異。顯示華人認為展現真實自我的人不受他人影響的程度低，表示華人認為一個展現真實自我的人仍可能受到他人影響而調整自己的行為。(M_{不隱藏或調整}=4.04, $t_{(75)}=0.193$, $p=.848$, M_{行為反映想法}=5.43, $t_{(75)}=13.22$, $p=.000$, M_{不受他人影響}=4.13, $t_{(75)}=0.902$, $p=.370$) (見附錄二、附錄三)。接著，再對這三個因子包含的題組進行兩兩相依樣本 t 考驗結果發現，「不隱藏或改變」與「行為反映想法」兩組平均數有顯著差異 ($t_{(75)}=-6.61$, $p=.000$) (見附錄四)，「行為反映想法」高於「不隱藏或調整」。而「行為反映想法」與「不受他人影響」兩組平均數也有顯著差異 ($t_{(75)}=-6.88$, $p=.000$) (見附錄四)。「行為反映想法」高於「不受他人影響」。顯示有關行為部份，華人仍認為一個展現真實自我的人行為應該反映自己真實想法，但是有時仍會隱藏或改變自己，或是為了他人而調整自己的看法。換言之，華人認為一個展現真實自我的人是有可能調整行為呈現的方式和程度的。

再將上述結果與開放式問答的結果做對照，彙整受試者行為部份的開放式答案後，列出百分比前三高的答案 (見表 3-7)。結果發現，詢問受試者認為當一個展現真實自我的人發現自己的價值觀不被接受時會如何處理時，百分比最高的反應是「仍會表現出來」，占 28.2%。同時，次高的選擇是「折衷」，占 26.9%。兩種反應的比例很接近。顯示受試者認為一個展現真實自我的人在面對與自己價值觀相異的情境時，最可能做的兩種選擇就是「表現出來」和「採取折衷之道」，也與我們前述量表測量結果做相互呼應。在行為上，一個人的行為固然反映了他的想法，但在某些情況下，他仍可能會有所調整，如此仍是真實自我的展現。

表 3-6、行為成份因素分析摘要表

代碼	題目	不隱藏 或調整	行為反 映想法	不受他 人影響	負向後 果	共同性
b27	做自己不是真正喜歡的事情時，會假裝很享受的程度為	.874	-.071	.113	.102	.629
ra15	因不想使他人失望，而做出違背自己意願的事的可能性為？	.855	.059	-.028	-.047	.756
b29	在面對他人時，去戴上假面具的頻率為	.843	.072	.126	.051	.792
b21	肯為報酬而改變自己的程度為	.833	.015	.209	.026	.738
b3	假裝成其他的樣子，而非原本的自己的容易程度為？	.829	.080	-.032	-.044	.730
b13	表現真正的自己的容易程度為	-.065	.849	.258	-.015	.664
b10	他平日行為能反映自己真正的價值觀的程度為	.009	.825	-.153	.229	.739
b7	他平日行為能代表自己個人的需求、欲望的程度為	.173	.770	-.008	.071	.797
b5	他的價值觀不被他人接受時，表現出的行為與價值觀一致的程度為	.087	.615	-.179	-.558	.697
b23	會為對自己不重要，但對他人很重要的目標，投入的心力為	.135	.018	.802	.044	.791
b28	以點頭或沉默來表示同意他人言論，實際上並不同意。發生的頻率為	.289	-.024	.649	-.091	.514
b25	在知道可能帶來負向結果，但仍會表達自己真實的信念的程度	.132	.333	-.111	.810	.734
特徵值		3.748	2.506	1.273	1.054	8.580
變異量百分比		31.230	20.880	10.607	8.780	71.497
累積變異量百分比		31.230	52.110	62.717	71.497	

表 3-7、開放式問答之行為成份

當發現自己的價值觀不被接受時會如何處理(N=78)		
	次數	百分比
仍會表現出來	22	28.2
折衷	21	26.9
思考反省後決定	13	16.7

關係取向

關係取向的部份則可以萃取出五個因素，因素一的解釋變異量占 20.470%，是與關係中彼此了解的意願與程度有關的題目，因此以「彼此了解的意願與程度」命名。因素二的解釋變異量占 12.026%，是與彼此坦誠和了解的重要性有關，因此以「彼此坦誠和了解」命名。因素三的解釋變異量占 10.664%，雖只涵蓋兩題，但是因素負荷量頗高，因此也納入考慮。因素三與是否能真實了解彼此的程度有關，因此以「真實了解」命名。因素四的解釋變異量占 10.593%，因素五的解釋變異量占 8.968%，但各只包含兩題，較難完整涵蓋一個概念，因此不予考慮。(見表 3-8)。由於除了因素一外，其他因素皆只包含兩個題目，較無法代表一個完整概念。因此，我們主要以因素一「彼此了解的意願與程度」與中點做比較，發現有顯著差異 ($M_{\text{彼此了解的意願和程度}}=5.31, t_{(75)}=13.52, p=.000$) (見附錄二、附錄三)。顯示華人也認為處在一段關係中，渴望被親近他人接受和了解以及了解親近他人，是真實自我的展現。

將上述結果與開放式問答的結果做對照，彙整受試者關係取向部份的開放式答案後，列出百分比前三高的答案 (見表 3-9)。結果發現，當詢問受試者認為一個展現真實自我的人在陌生人面前會如何表現自己，有 66.7% 的受試者認為會如實展現自己，而若詢問受試者一個展現真實自我的人在親密他人面前會如何展現自己，有 91.0% 的受試者則認為會如實展現自己。但若詢問受試者在這兩類人面前表現是否會有所差異，有 60.3% 的受試者認為會有差異。顯示受試者普遍認為一個能展現真實自我的人面對陌生人或親密他人時行為會有明顯差異。在親近他人會面前展現較多真實的自己，也與我們使用量表測量的結果相互呼應。

表 3-8 關係取向成份因素分析摘要表

代碼	題目	彼此了解的意願與程度	彼此坦誠和了解	真實了解	共同性
b11	能客觀看待親近他人的程度為	.748	.046	-.261	.768
a14	當他的親近他人與他意見不合時，他會主動而建設性地解決此議題的可能性為	.722	-.184	-.031	.573
b26	對親近他人表達關切的程度為	.629	.315	-.268	.642
b22	希望真實的自己被親近他人所了解的意願為	.589	.349	.046	.658
a13	受到親近他人批評時，會認為這些批評重要的程度為	.586	.008	.170	.499
a10	了解親近他人的需要和渴望，對他的重要程度為	.576	.048	.332	.782
b6	希望自己的缺點被親近他人了解的程度為	.074	.737	.079	.430
a12	認為坦誠和誠實，在親密關係中的重要程度為	.372	.655	-.007	.495
rb9	將親近他人理想化的程度為	-.157	.023	.827	.670
rb12	當內在被他親近他人了解時，親近他人會感到訝異的程度為	.116	.077	.617	.731
特徵值		2.866	1.684	1.493	6.042
變異量百分比		20.470	12.026	10.664	43.160
累積變異量百分比		20.470	32.496	43.160	

表 3-9 開放式問答之關係取向

在陌生人面前如何表現自己 (N=78)		
	次數	百分比
如實表現	52	66.7
有所隱藏	15	19.2
視情況而定	4	5.1
在親密他人面前如何表現自己(N=78)		
	次數	百分比
如實表現	71	91.0
折衷	2	2.6
其它	4	5.1
會與在陌生人面前表現有差異嗎(N=78)		
	次數	百分比
有	47	60.3
無	30	38.5
其它	1	1.3

華人真實自我量表之分析

大部分題目取材自社會取向自我實現者量表中各心理特徵。如：「自強不息心繫國家」、「遠避小人與敬重君子」、「實踐恕道與敦厚待人」、「慎獨正意與崇義重禮」等心理特徵。唯一一個取材自個人取向自我實現者量表的心理特徵為「接受與尊重他人」，因我們認為它與華人真實自我可能也有關連而納入考慮。同時也融入周遭友人對真實自我看法編製量表。結果發現，10 題中大部分題目平均數皆高於中點（見附錄五）。顯示華人同意一個展現真實自我的人是具備一些君子的心理特徵的。在隨後因素分析中，以主成份分析法並以 Equamax 轉軸法轉軸，共萃取出二個因子。因素一的解釋變異量占 31.749%，是與表達有關的題目，因此以「真實表達」命名。例如：在「與他人互動是出自真心，而非有利可圖」、「不論在親人或陌生人面前都勇於表達自己」，顯示華人認定不論面對他人或是自己時，行為表現都與自己內在的原則一致是真實自我的展現。（見表 3-10）。

因素二的解釋變異量占 24.796%，與處事的圓融有關，例如：「也許不贊同某些人的行為，但依然可以接受他們」、「即使不贊同別人的意見，還是會與對方和睦相處」。因此以「彈性圓融」命名（見表 3-10）。本量表之信度方面，二個因素的 Chronbach's α 係數：「真實表達」為 .851，「彈性圓融」為 .708，全量表之 α 係數為 .833。

從上述兩個因素中我們可以發現，對於華人而言，有自己的原則，面對不同「對象」時，仍能考慮對方，調整做法才是真實自我的展現，而並非為所欲為、固執己見。顯示在華人社會中，一個展現真實自我的人並非只是毫無保留將自己的想法表達出，更重要的是他也要兼顧與周遭的人的和諧。依照不同的對象，而對行為表達的方式和程度有所調整，但不違背本意。

表 3-10 華人真實自我量表因素分析摘要

代碼	題目	真實表達	彈性 圓融	共同性
c20	與他人互動是出自真心，而非有利可圖	.860	.101	.750
c15	在表達自己想法的同時，也顧及聽者的感受	.856	.093	.741
c6	堅持自己的原則，但仍會視對象和情境而有所調整	.815	.342	.782
c14	不論在親人或是陌生人面前表現都一致	.803	.147	.666
c17	即使在陌生人面前也勇於表達真實的自己	.453	.367	.339
c18	不會有自私自利的想法與行為	.026	.842	.710
c19	也許不贊同某些人的行為，但依然可以接受他們	.034	.707	.500
c16	不會為了某種利益，而去跟他人套交情	.241	.669	.506
c11	即使不贊同別人的意見，還是會與對方和睦相處	.216	.557	.357
c4	言行一致，不會說一套做一套	.287	.469	.302
特徵值		3.175	2.480	5.655
變異量百分比		31.749	24.796	56.545
累積變異量百分比		31.749	56.545	

第四節 小結

本前置研究之目的在於對華人真實自我進行初步的了解。以 Goldman 與 Kernis (2004) 發展出的真實自我量表與自編之華人真實自我量表進行施測。結果顯示在 Kernis (2003) 定義的真誠自我四個成份中，華人對真實自我的看法在察覺成份上與西方學者看法一致，但在客觀處理、行為、關係取向的看法則有部分不一致。

華人同樣認為一個展現真實自我的人是了解自己的。但是在自我訊息接受程度的部分，華人則對正向訊息的接受度是高於負向訊息的，不同於 Kernis (2003) 所認為的兩種訊息接受程度應該都很高。而在行為的部份，華人雖然也同意一個展現真實自我的人的行為應該反映自己真實的想法，但同時也認為華人在某些時候是有可能為了他人隱藏或調整自己的行為，不同於 Kernis 所定義的行為就是

完全依據自己的真實想法。在關係取向部份，華人同意一個展現真實自我的人與親密他人之間彼此坦誠和了解。

而上述結果和開放式問答、自編之華人真實自我量表也都相呼應。開放式問答顯示受試者普遍認為一個展現真實自我的人是了解自己的，對正向訊息接受度高於負向訊息，行為最可能選擇完全隱藏或折衷。在面對陌生人或親密他人時都會選擇如實展現自己。但是兩者程度上還是有差異，在親近他人會面前展現較多真實的自己。自編之華人真實自我量表中也發現：華人認為一個展現真實自我的人行為有原則但仍保持彈性，會視情況而有所調整。似乎隱含著華人在訊息接受、行為表現也可能受到與他人的關係的影響，同時隨著與他人親密程度的提高也會更加深影響力。

再者，當我們更進一步檢視 Kernis (2003) 原有「關係取向」的題目後，卻發現大部份題目包含的意涵都是「希望被親近他人了解與接受，以及希望了解親近他人」，其中並未包含自己「主動」自我揭露程度不同的題目。若與 Kernis 原先對真實關係的定義相比較，Kernis 定義真實關係為「在一段關係中彼此的揭露與坦誠，即能在關係中做真實的自己。」強調的是兩人在關係中皆會主動自我揭露與相互了解。但是，在關係取向的題目中卻未包含個體主動自我揭露或是在親密他人面前會較具真實自我的概念。除此之外，若是關係取向強調的是個體在面對親近他人時會較無掩飾，表現的更為真實。題目中卻也缺乏個體在面對一般人與親近他人時會有所差異的論述，或是在面對不同的訊息或是行為展現時，會因與情境中他人親密程度的不同而有不同反應。因此，我們將在正式研究中加入對親密程度的考量，探討其對於個體在接受自我相關訊息、行為表現上造成什麼影響。

整體而言，前置研究結果大致上呼應了我們初步的想法，華人對於真實自我的看法的確與西方學者所定義的不甚相同，顯示華人真實自我的確有其特殊內涵。

而這些不同之處，和華人社會取向自我實現者的心理特徵也有所呼應，顯示華人認為展現真實自我的人似乎是以「君子」做為雛型的，對於人際關係相當重視，可能會隨著不同關係脈絡而調整自己的行為。因此，正式研究中我們將以前置研究中的發現為基礎，探討影響華人自我訊息處理、行為表現這兩部份的因素為何。同時也將考慮親密程度對上述兩成份的影響，檢驗是否個體在主動接受訊息或是行為展現時，隨著與他人親密程度的不同而有不同的反應，以及這些因素如何影響華人對真實自我的看法。



第四章 本研究想法

本研究主要想探討的是華人真實自我的獨特內涵。而從前置研究結果可得知華人對於真實自我的看法在「客觀處理」、「行為」兩成份與 Kernis (2003) 原先的想法有所不同。在客觀處理部份，對正向訊息的接受程度高於負向訊息。在行為部份，不但認為行為反映的是真實想法，同時也認行為在某些情況下仍有可能調整。

同時，我們也發現 Kernis (2003) 對關係取向的定義，與其真實量表中關係取向的題目無法完全對應。量表中的題目，只有包含希望被親近他人所了解、接納，以及希望了解親近他人，並沒有描述個體面對親近他人時，主動自我揭露的程度會較高。同時也未涵蓋個體在接受不同訊息時會如何反應，或是面對不同情境時是否會展現不同行為。這與 Kernis 對真實關係所定義的：「在一段關係中彼此的揭露與坦誠，即能在關係中做真實的自己」，是不盡相同的。此外，Kernis 也未比較個體在對待一般人和對待親密他人是否有所不同。

然而，在華人社會互動中，十分重視「親疏遠近」，情境中他人與自己的關係決定了自己如何對待對方（黃光國，2005）。儒家的「庶人倫理」也主張，個人和任何其他他人交往時，都應當以「親疏」這個社會認知向度（social cognitive dimensions）來衡量彼此間的角色關係，親其所當親，才是「仁」的具體實踐（黃光國，2005）。費孝通（1948）的「差序格局」也指出，每個人都是其所推出去的圈子的中心，而跟這個圈子推出去的波紋發生連繫，構成一個蜘蛛般的網絡，依序向外推展的層次則是家人、熟人、權威尊長及陌生人。顯示出對於華人而言，互動中的反應、行為皆會受到情境中他人與自己的親密程度的影響。

除此之外，Kernis (2003) 對於行為成份的定義和論述之間也似乎有些矛盾。Kernis 認為在相較於那些會隨情境改變的個體，不論在何種情況下都表現出真實

的自我的個體較真實。卻又在論述中提及「個體的行為是在真實自我與環境需求間做出最適配的選擇。個體可能會有真實的察覺和客觀處理，卻不一定會有真實的行為。」似乎代表了即使是展現真實自我的個體，也可能會隨情境來改變所呈現出來的自我。換言之，這樣的「我」，似乎有非有著始終如一的表現。對於這些矛盾，研究者並未在後續研究中加以探討或解釋。

綜上所述，我們認為華人的真實自我除了可能在客觀處理、行為兩成份與西方有所不同外，對於 Kernis(2003)在關係取向的論述也想要做更進一步的釐清。雖然華人對於關係的區分不只有程度上的不同，也有種類的不同（上下關係、水平關係）。但是，由於 Kernis 在關係取向論述的概念比較接近以親密程度來做區分，為了釐清 Kernis 在定義與題目間的矛盾以及為了研究操弄上可以較單純化，本研究中將先採用親密程度來做為不同關係的操弄標準。探討是否華人會因為與互動他人親密程度的不同，而在相關訊息處理或是行為表現上有所不同。

研究一主要目的有二，一則將 Kernis (2003) 所曾界定但未曾真正加以探討的「關係」加以澄清，二則是探討為何華人在自我訊息處理部分的真實自我展現與西方所認定的不同，是否受到「關係」的影響？根據前置研究，我們發現華人認為對負向訊息接受程度低於正向訊息才是真實自我的展現。我們認為這有可能是因為在面對負向訊息時，華人會考慮是「誰」說的，會依據評價者與自己的關係，來判斷對方是否足夠了解自己。當彼此關係較為親密時，會推斷對方對自己的了解是足夠的，所以會認為接受對方給予的負向訊息較展現出真實自我。當對方與自己較不親密時，會推斷對方不夠了解自己，因而認為自己不接受訊息較展現出真實自我。相對的，正向訊息則不受親密程度的影響，不論對方與自己的親密程度高低，應該都會較容易接受，因此也會認為接受者較展現出真實自我。

不過，由於台灣樣本普遍具有雙元自我，受試者可能同時受到獨立我與相依我的影響，而使得效果不夠明顯。所以若利用觸發的方式使得其中一種我特別突

出的話，將更能看出擁有不同的自我概念時，對於自我相關訊息處理的差異。因此，我們在研究一中除了操弄親密程度、接受程度外，也將觸發不同自我。除了能避免同時受兩種自我同時影響而使結果混雜外，也能對照出訊息處理上偏向華人的方式（觸發相依我組），和偏向西方的方式（觸發獨立我組）的不同。此外，在進行正式實驗前，將進行一個前測，測量受試者的獨立我、相依我、自編之華人真實自我量表、真實自我量表、自尊量表分數，以了解自編之華人真實自我表與各量表關係為何。

研究二，主要想了解為何華人在個人行為表現部分，具真實自我的個體其所展現的行為會與西方所認定的有所不同，是否受到「關係」的影響？在真實量表行為成份的題目中，顯示出 Kernis (2003) 認為一個人在行為上反映自己真實的想法，而不會為了他人改變自己的想法，或是為了對別人而言很重要的目標去努力，才是真實自我的展現。但是，他在對於行為成份的定義中卻又提及「個體的行為是在真實自我與環境需求間做出最適配的選擇。個體可能會有真實的察覺和客觀處理，卻不一定會有真實的行為」。這似乎隱含著即便個體可能隨著情況調整行為，這仍是真實自我的展現，但 Kernis 在後續研究中也未做更詳細的驗證或說明，因此我們希望能藉由此研究更進一步釐清此問題。

除此之外，根據前置研究，華人認為有原則但又會視「對象」不同而調整自己行為的人才是展現真實自我的人，而非為了堅持原則而不知變通的人。我們認為這是因為在行為表現上，華人更是深受情境中「他人」的影響，會因為他人與自己的「親密程度」不同而有所改變。相較於較不親密的他人，對於較親密的他人，可能會願意做出較多的妥協和調整，最後達成一個對對方有利的結果。對於華人而言，這仍為真實自我的展現。因此，我們認為在行為方面評估一個人是否展現真實自我時，可能同時受到「親密程度」和「調整程度」的影響。因此在研究二中將操弄親密程度、對事件的調整程度

同研究一，我們也考慮到台灣樣本具雙元自我的影響，將在研究二中觸發不同我，除了避免受試者同時受兩種我的影響而使結果混雜外，也能對照出行為表現上偏向華人的方式（觸發相依我組），和偏向西方的方式（觸發獨立我組）的不同。當觸發獨立我時，會不受親密程度的影響，不論親密程度高低，都認為調整程度較低者是較有展現出真實自我，相較於調整程度高者。當觸發相依我時，會同時受到親密程度與調整程度的影響，會認為親密程度高時，調整程度較高者較有展現出真實自我，相較於調整程度低者；親密程度低時，調整程度低者較有展現出真實自我，相較於調整程度高者。



第五章 研究一

第一節 研究 1A 目的

欲探討華人真實自我的內涵與其他自我概念的關連為何，藉此對華人真實自我的樣貌有初步的了解。本研究主要使用問卷調查法，請受試者對各量表進行填答。

第二節 研究 1A 方法

受試者

受試者為政治大學與台灣大學之大學生、研究生共 130 名，透過課堂宣傳及網路宣傳進行招募，男性 42 名，女性 88 名。排除問卷作答不完整者，進入正式分析的受試者共有 123 位，其中男性有 40 位，女性有 83 位，平均年齡 19.83 歲。

研究工具

一、自我建構量表

簡晉龍（2003）編製之自我建構量表（見附錄七），以 Singelis（1994）所發展之自我建構量表為主，並參考 Kashima 等人（2000）的 RIC 量表。此量表包含三個因素：相依自我、自我表達、追求獨立，三個子量表題數分別為 11 題、7 題、6 題，Cronbach α 分別為 .79、.73、.66。整個獨立自我（自我表達、追求獨立）的內部一致性係數則為 .73，共 13 題。本研究使用七點量表，請受試者評估對题目的同意程度，1 為非常不同意，7 為非常同意。

二、華人真實自我量表

由前置研究中編製出的自編量表，共十題，整體量表的 Chronbach's α 為 .833，「彈性圓融」成分有五題， α 為 .708，「真實表達」成分有五題， α 為 .851。本研究使用七點量表，請受試者評估對題目的同意程度，1 為非常不同意，7 為非常同意（見附錄八）。

三、真實自我量表

Goldman 與 Kernis (2004) 所編撰，包含45題（真實察覺12題，客觀處理10題，行為11題，關係取向12題）。整體量表的Coefficient alpha為 .90。各子量表之Coefficient alpha分別為：察覺 .79，客觀處理 .64，行為 .80，及關係取向的為 .78。分數越高代表此人越真實。由於前置研究中發現華人在客觀處理、行為、關係取向三部分與西方研究結果不同，因此只測量此三子量表（見附錄九）。本研究使用七點量表，請受試者評估對題目的同意程度，1為非常不同意，7為非常同意。

四、自尊量表

Self-Esteem Scale，簡稱SES (Rosenberg, 1965) 此自尊量表是評量個體的自尊感，量表共有十題，評量結果自尊越高者，表示其越能接納自己、了解自己的優缺點、量表共10題，其中第2、5、6、9題為反向題，採反向計分。所得分數越高，代表個體之自尊越高（見附錄十）。本研究使用七點量表，請受試者評估對題目的同意程度，1為非常不同意，7為非常同意。

實驗程序

受試者至實驗室後，告知其實驗的主題為「人際知覺」，目的是了解個人的特質和行為。參與實驗者可獲得課堂加分或是 50 元。

實驗以個別方式進行，一次一位受試者，當受試者抵達實驗室後，先告知其「今天要進行的是『人際知覺實驗』，目的是想要了解個人的特質及行為」接著請受試者閱讀實驗同意書，在受試者閱讀過指導語和填寫完基本資料後，進行上述量表的填寫。填答完畢後，感謝並釋疑。

第三節 研究 1A 結果

真實自我量表因素分析

對自編量表十題進行強迫 2 因子因素分析，以主成分分析法進行並使用 Equamax 轉軸法。實際觀察資料後，刪除一題在兩因素的因素負荷量皆高的題目「我與他人互動是出自真心，而非有利可圖」，再次進行強迫 2 因子因素分析，結果如下：因素一的解釋變異量占 26.458%，是與言行一致、情境一致性有關的題目，因此以「真實表達」命名。因素二的解釋變異量占 24.907%，是與處事圓融有關的題目，因此以「彈性圓融」命名（見表 5-1）。與前置研究結果相較，各成分包含之題目更為一致，更為適切。

表 5-1 華人真實自我量表因素分析摘要表

代碼	題目	真實表達	彈性圓融	共同性
A_auth8	我不會有自私自利的想法與行為	.764	.067	.587
A_auth4	我不論在親人或是陌生人面前表現都一致	.750	-.040	.563
A_auth9	我不會為了某種利益，而去跟他人套交情	.701	.144	.512
A_auth10	我言行一致，不會說一套做一套	.687	.440	.666
A_auth7	我即使在陌生人面前也勇於表達真實的自己	.507	-.018	.257
A_auth5	我即使不贊同別人的意見，還是會與對方和睦相處	.043	.768	.592
A_auth6	我堅持自己的原則，但仍會視對象和情境而有所調整	.094	.754	.577
A_auth3	我在表達自己想法的同時，也顧及聽者的感受	.061	.698	.490
A_auth2	我也許不贊同某些人的行為，但依然可以接受他們	.042	.613	.378
特徵值		2.381	2.242	
變異量百分比		26.458	24.907	
累積變異量百分比		26.458	51.364	

本量表之信度方面，二個因素的 Chronbach's α 係數：「真實表達」為 .72，「有彈性」為 .69，全量表之 α 係數為 .72，表示各因素內包含的題目概念一致，全量表測得的概念也具一致性。

1A 各量表相關

首先，將 1A 各量表略作整理後進行相關分析(請見表 5-2)，其中簡晉龍(2003)編撰之自我建構量表題目經過刪減，只保留了 Singelis (1994) 自我建構量表中的題目。此外，將自編之華人真實自我量表題目依照不同因素分組，分析此兩成分「真實表達」與「彈性圓融」與其他量表之相關。

結果發現，華人真實自我量表之「真實表達」成分，與簡晉龍(2003)自我建構量表中之獨立我成分相關達顯著。華人真實自我量表之「彈性圓融」成分，與簡晉龍自我建構量表之相依我成分相關達顯著。顯示華人之真實自我大致上可分為兩部分，「真實表達」部分與獨立我概念較為相似，「彈性圓融」部分與相依我概念較為相似。

此外，華人真實自我量表之「真實表達」成分與真實自我量表(Goldman & Kernis, 2004)中行為、關係成分正相關達顯著。華人真實自我量表之「彈性圓融」成分與真實自我量表中客觀、關係成分正相關亦達顯著。上述結果顯示，華人真實自我和 Goldman 與 Kernis 所編製的真實自我量表有中度關聯，其中華人真實自我中的「真實表達」與 Kernis (2003) 所定義的「行為」成分概念有一致之處，即便是華人也同意當行為可反映心中想法則是真實自我的展現，因此兩者有正相關存在。同時，「真實表達」與「彈性圓融」皆與關係成分有正相關存在，顯現出華人深受關係影響，因此對華人而言，不只行為與想法一致性高可視為具有真實自我，若能依不同的關係脈絡而有不同程度的真實行為展現也不失真實。此外，此兩成份亦分別與「自尊」相關達顯著，顯示華人真實自我量表確實是測量到與自我相關的概念，真實自我量表得分越高，自尊也會越高。

其中，「客觀處理」成份與「真實表達」成份無相關，卻與「彈性圓融」成份有關，可能的原因是「客觀處理」為個體面對不同自我評價訊息時內在訊息處理、評估的歷程。而「彈性圓融」成份的題目中，強調面對不同情境或互動對象時，個體評估、考慮他人的歷程，因此兩者皆為個體內在訊息處理、評估的歷程，而使得「彈性圓融」與「客觀處理」有關聯存在，卻與「行為」無關。而「真實表達」較強調行為與想法的一致性，強調表現即為所想，較少提及內在處理歷程，因此與「客觀處理」無關聯存在。

上述結果顯示，華人真實自我融合了兩種我的概念，不只有包含與 Kernis (2003) 類似的、偏獨立我的概念，也包含華人獨有的、偏相依我的概念。華人所認為的具真實自我的個體，除了內外一致、真實表達外，也會依據不同情況有所調整，處事較為圓融。

表 5-2 各量表相關

	1. 晉獨立	2. 晉相依	3. 真實表達	4. 彈性圓融	5. 客觀	6. 行為	7. 關係	8. 自尊	9. 三成分總和
1	1	.001	.552**	.097	.098	.517**	.173	.419**	.354**
2		1	.150	.298**	-.156	-.126	.326**	-.086	.011
3			1	.253**	-.020	.432**	.254**	.262**	.299**
4				1	.310**	.162	.444**	.276**	.392**
5					1	.487**	.275**	.372**	.764**
6						1	.362**	.579**	.823**
7							1	.298**	.703**
8								1	.552**
9									1

第四節 研究 1B 目的與假設

研究一的目的在於了解華人面對自我評價訊息時，如何反應是真實自我的展現，是否會受到關係或訊息的正負向的影響。我們認為華人社會十分重視關係，在接收到訊息時，特別是負向訊息，會先考慮是「誰」說的，再決定如何反應。換言之，華人會認為依據彼此關係的親密程度來評定對方是否了解自己，再選擇接受或不接受評價，此種自我訊息處理方式仍符合華人對真實自我的看法。因此，本研究欲藉由自編腳本的方式，編寫數段故事，操弄主角間的親密程度、對訊息的接受程度、接收訊息之正負向，請受試者根據被評價主角的行為反應評估其真實程度，以了解個體對真實自我的看法。此外，研究中會先操弄觸發不同自我，藉此對比出華人與西方訊息處理模式的差異。

研究 1B 實驗設計

研究 1B 為 2(觸發我：相依我 vs. 獨立我) x 2(親密程度：高 vs. 低) x 2(接受程度：高 vs. 低)x2(訊息：正向 vs. 負向)四因子混和設計，受試者間因子為觸發我、親密程度、接受程度，受試者內因子為訊息正負向。依變項為真實自我程度。下表為本研究的實驗設計表。

表 5-3、研究 1B 實驗設計

訊息	觸發自我	獨立我		相依我	
	親密 接受	高親密	低親密	高親密	低親密
正向	高接受	A	B	C	D
	低接受	E	F	G	H
負向	高接受	I	J	K	L
	低接受	M	N	O	P

針對上述自變項與依變項，研究一預測如下：

假設 1：在個體觸發獨立我時，不論一個人與互動對象關係為何，個體會覺得此人對自我訊息高接受才是真實自我的展現，因此認為接受度高組比接受度低組更展現出真實自我（即表 5-3 中， $A+B+I+J > E+F+M+N$ ）。

在觸發獨立我之後，個體較為偏向個人取向的思考模式，與 Kernis (2003) 原先的想法較為接近，他認為不論面對正向或負向訊息都應該高接受才是真實自我的展現。因此我們預期個體不會受到親密程度的影響。在接收到自我相關訊息時，會認為接受度高組比接受度低組更展現出真實自我。

假設 2a：在個體觸發相依我時，當一個人接收到的是正向訊息，個體不會考慮此人與互動對象關係為何，會認為接受度高組比接受度低組更展現出真實自我。（即表 5-3 中， $C+D > G+H$ ）。

同樣的，根據前置研究的結果，華人認為對於正向訊息高度接受才是真實自我的展現，與 Kernis (2003) 的預期相同。因此預期當接收正向訊息時，個體不會受到親密程度的影響，會認為接受度高組會比接受度低更展現出真實自我。

假設 2b：在個體觸發相依我時，當一個人接收到的是負向訊息，則個體會同時考慮親密程度與接受程度。當此人與互動對象親密程度高時，會認為接受度高組會比接受度低組更展現出真實自我，（即表 5-3 中， $K > O$ ）。當此人與互動對象親密程度低時，會認為接受度低組比接受度高組更展現出真實自我（即表 5-3 中， $P > L$ ）。

根據前置研究的結果，顯示華人認為對於負向訊息接受度不高才是真實自我的展現。我們認為可能是由於華人十分重視彼此之間的關係，在面對負向的評價時，會視對象不同而有不同的接受程度，因此我們預期在觸發相依我後，當親密程度較高時，接受度高組會比接受度低組更展現真實自我；當親密程度較低時，

接受度低組比接受度高組更展現真實自我。

第五節 研究 1B 方法

受試者

受試者為政治大學與台灣大學之大學生、研究生共 130 名，透過課堂宣傳及網路宣傳進行招募，男性 42 名，女性 88 名。排除操弄檢核作答錯誤與問卷作答不完整者，進入正式分析的受試者共有 106 位，其中男性有 36 位，女性有 70 位，平均年齡 19.85 歲。

研究工具

一、觸發材料

參考 Stapel 與 Koomen (2001) 及孫蒨如與楊守城 (2006) 的研究中使用過的觸發方式。自行編撰一篇以第一人稱來描述的外出旅遊文章，若欲觸發獨立我時，會請受試者圈選出文章所有出現的「我」。之後要求受試者以「我」為開頭造五個句子，以觸發受試者的獨立我層面 (見附錄十一)。若欲觸發相依我時，同樣是請受試者閱讀外出旅遊文章，並圈選出文中所有出現的「我們」。之後要求受試者以「我們」為開頭造五個句子，以觸發受試者的相依我層面 (見附錄十二)。

二、自編腳本

為了檢驗對於華人而言，個體在接受不同自我訊息時，考量與他人關係再決定是否接受，仍屬於展現真實自我的行為。我們編撰情境故事，描述主角在接受到他人的評價時如何反應，藉此操弄不同的變項：親密程度、接受程度、訊息正負向。請受試者嘗試融入此情境，並評估被評價角色展

現真實自我的程度，以了解華人在自我相關訊息如何處理是具真實自我的。

情境故事中會先簡述兩位人物的互動情形（操弄親密程度高低），再描述主角 A 給予主角 B 評價後，主角 B 的反應為何（操弄接受程度高低）。每位受試者都會閱讀兩個版本的腳本，一版本為故事主角接收正向評價訊息，另一版本為接收負向評價訊息，兩版本親密程度操弄相同，接受程度操弄也相同。（見附錄十三）

我們將情境設定在大學生生活中的常見情境，以增加熟悉感，使受試者輕易融入情境中。因此在研究中選擇以學校、打工場所（咖啡店）為背景，在學校版本中故事主角會接收到正向評價訊息，而咖啡店版本中故事主角會接收到負向訊息。

（一）親密程度

除了以互動程度不同操弄親密程度外，也須將互動品質加以控制，才能讓被分派到低親密組之受試者知覺到主角與同學（同事）不親近但並非關係差。因此將高親密組與低親密組在公開見面的頻率、次數之描述句設定相同，而在私下是否會主動邀約、關心之描述設定有所不同，以便在操弄親密程度的同時又控制兩人互動的品質。低親密組私下少有互動、關心，學校版本敘述如下：「小銘與小華是大學同學。每周會固定在必修課上相遇，但話題僅止於課程內容或是一些公事。兩人平日除了在同學舉辦的聚會有機會碰面外，私下互動並不多，也不太會過問彼此的私事。整體而言，兩人並無私交，互動過程是禮貌且順暢的。」高親密組則是私下較多互動、關心，學校版本敘述如下：「小銘與小華是好朋友。每周會固定在必修課上相遇，且有許多共同的話題。兩人平常除了在同學舉辦的聚會有機會碰面外，私下也互動

頻繁，時常吃飯閒聊，相約出遊或運動。整體而言，兩人互動過程是友好且順暢的。」

(二) 評價事件

為了讓同學（同事）對主角做出評論的舉動顯得合理有依據。腳本故事中會發生一個事件，讓主角與朋友（同事）在短時間內有較直接、頻繁的互動。考慮到不同的情境脈絡，學校情境中會以分組報告作為主要背景事件，敘述如下：『某日分組報告後，小華對小銘說：「我這次和你一起做報告，我覺得你是滿公正的人。」』。而咖啡店情境中則以促銷活動作為主要背景事件，敘述如下：『某日辦完促銷活動後，小宣對小靖說：「我這段時間和你共事，我覺得你滿投機取巧的。」』。

(三) 正負向評價訊息

由於道德價值是中國價值體系的核心（文崇一，1988）。不論評價的對象是自己或是他人，道德都是用來評價行為的重要準則。而華人內隱領導理論中也包含個人品德、人際能力等四個因素。（凌文韜、方俐洛、Khanna，1991）。顯示出品德對華人的重要性。除此之外，華人社會重視和諧，「先學做人，再學做事」是華人的行事準則（彭泗清，1993；楊國樞，1993）。因此，本研究中使用主要的訊息種類為道德特質。參照吳芬英（2012）預試結果，選擇與道德相關程度 5 以上的特質（1:非常無關；7:非常有關）。同時，控制正負向的特質強度（見附錄六）。最後在考慮情境脈絡後，正向訊息選擇「公正的」，負向訊息選擇「投機取巧的」，以符合情境。

(四) 接受程度

描述句中著重主角心裡是否真正接受以排除只是表面接受的可能性。例如若為低接受組，學校版本描述為「小銘聽了之後，心裡不太接受小華的看法。」若為高接受組，則描述為「小銘聽了之後，心裡滿接受小華的看法。」

咖啡店版本（低親密低接受組）範例如下：

小靖與小宣是在咖啡店打工認識的朋友。每周會固定在工作地點相遇，但兩人話題僅止於工作上的事。兩人平常除了在同事舉辦的聚會有機會碰面外，私下互動不多，也不會過問彼此的私事。在對方臨時請假時，偶爾幫他代班。整體而言，雙方互動過程很平淡。某日辦完促銷活動後，小宣對小靖說：「我這段時間和你共事，我覺得你滿投機取巧的。」小靖聽了之後，心裡不太接受小宣的看法。

咖啡店版本（高親密高接受組）範例如下：

小靖與小宣是在咖啡店打工認識的好朋友。每周會固定在工作地點相遇，且兩人有許多共同的興趣和嗜好。兩人平常除了在同事舉辦的聚會有機會碰面外，私下也互動頻繁，時常聊天。在對方臨時請假時，也常會幫他代班。整體而言，對彼此都滿了解的。某日辦完促銷活動後，小宣對小靖說：「我這段時間和你共事，我覺得你滿投機取巧的。」小靖聽了之後，心裡蠻接受小宣的看法。

三、相關變項測量

(一) 獨立我相依我之操弄檢核

在觸發不同自我部份，最後會請受試者以我或我們是為開頭造五個句子，確認是否在觸發獨立我組，造出的句子至少有三句提及個人能力或特質；是否在觸發相依我組，造出的句子至少有三句提及團體概念、與他人連結的描述，以確認觸發是否成功。

(二) 腳本故事主角之關係

請受試者依據腳本敘述，勾選最能描述兩人關係的選項（陌生人/一般朋友/好朋友），以確認親密程度的操弄是否成功。

(三) 親密程度

為佐證上述勾選關係的操弄檢核，會請受試者閱讀腳本後，評估兩位主角之親密程度為何，圈選數字 1 到 7 作答，1 代表非常不親密的，7 代表非常親密的，以確認親密程度的操弄是否成功。

四、依變項

(一) 真實自我程度

請受試者在閱讀過腳本內容後，評估故事中被評價的主角，他所呈現的真實自我程度為何？即主角面對評價時，能如實面對自己的程度為何？為避免受試者對「真實自我程度」一詞不了解而難以作答，而以類似的概念替代。由於真實自我的主要定義為一個人能坦誠的表達自己的想法與價值觀，同時能夠客觀看待自己、不逃避不誇飾。而坦白程度是一個人能真實表露、面對自己的感受及想法的程度，越坦白的人，內、外在一致性越高，越能夠真實面對自己，在概念上與真實自我十分類似。虛偽程度則是一個人表裡不一的程度為何，越虛偽的人，則越是做作、越不能如實地看待自己，恰好是真實自我的反向概念。因此在本研究中以「坦白程度」、「虛偽程度」等二題替代真實自我程度。「虛偽程度」分析時再以反向計分。採用七點量表，分數越高分別表示越坦白或是越虛偽。

(二) 自尊量表

為了避免受試者本身的自尊高低會對真實自我的評定造成影響，在實驗中會測量受試者之自尊以做為控制變項。使用 Self-Esteem Scale，

簡稱SES (Rosenberg, 1965)，同研究1A (見附錄十)。

(三) 真實程度的影響因素

請受試者回答(1)為何如此判斷該主角(被評價者)坦白、虛偽程度，原因為何？(2)認為該主角(被評價者)在何種情況下，會由接受程度高(低)的反應改為接受程度低(高)的反應？採開放式作答，請受試者寫下自己的想法。

實驗程序

實驗以個別方式進行，一次一位受試者，當受試者抵達實驗室後，先告知其「今天要進行的是『印象評估實驗』，目的是想要了解人判斷和推論的過程」，參與實驗者可獲得課堂加分或是 50 元。接著請受試者閱讀實驗同意書，將其隨機分派至各組。本實驗分為兩部分，在受試者閱讀過指導語和填寫完基本資料後，第一部分會先進行『專心程度測量作業』，宣稱要確認受試者在實驗中的專心程度。隨即進行觸發自我的操弄，若是被分派到觸發相依我組，會請受試者閱讀一篇旅行文章，並圈出文章中出現的「我們」，接著再請其以「我們是」為開頭造五個句子，聲稱要再次確認受試者在實驗過程中的專心程度。若被分派至觸發獨立我組，則會請受試者閱讀一篇旅行文章，並圈出文章中出現的「我」，接著再請其以「我是」為開頭造五個句子，聲稱要再次確認受試者在實驗過程中的專心程度。

在完成上述作業之後，告知受試者進入第二部份「印象評估作業」，告知他「接下來會看到兩個情境故事，請你在閱讀完各個故事後，評估你對某位角色的印象如何與回答後續相關問題。」接著，按照被分派的組別請受試者閱讀腳本故事，以操弄親密程度、接受程度。每位受試者都會閱讀兩個故事，學校版本之主角接收的是正向訊息，咖啡店版本之主角接收的是負向訊息，但兩版本在親密程度、接受程度上的操弄一致。兩版本的順序是隨機呈現，在填答完一個腳本故事

的依變項後，相關的問題中包含了操弄檢核、開放式問答之填答。最後，填答完畢，感謝並釋疑。

第六節 研究結果

初步分析

操弄檢核

1. 觸發效果檢核

檢視受試者以「我是」或「我們是」開頭造出的五個句子是否造句成功，藉此檢驗觸發自我的效果。觸發相依我組之句子需包含團體、集體的概念，才算造句成功。例如：「我們是大學生。」「我們是吉他社的成員。」觸發獨立我句子需包含個人本身能力或特質的敘述，才算造句成功。例如：「我是樂觀的人。」「我是討厭做麻煩事的人。」觸發相依我組，成功造句數目達三句以上者占 75%；觸發獨立我組，成功造句數目達三句以上者占 83%，觸發效果尚可。

2. 親密程度操弄檢核

為了確認受試者在閱讀過資料後，確實有注意到關係的不同，刪除在「兩人的關係屬於何者」的題目上作答錯誤者。在高親密組中，勾選兩人關係為陌生人或一般朋友為作答錯誤，有 8 人在兩版本中皆答錯，有 6 人只有在負向版本答錯，因此刪除 14 筆資料。在低親密組中，勾選兩人關係為陌生人或是好朋友為作答錯誤，有 2 人只在正向版本中答錯，有 7 人只在負向版本中答錯，有 1 人兩版本皆答錯，因此刪除 10 筆資料。總共有 24 人未通過檢核，有效樣本 106 人。同時，為了佐證親密程度的操弄成功，會請受試者評估情境故事中的人物親密程度為何，結果發現親密程度高組與親密程度低組差異達顯著 ($M=5.47$ 高親密, $M=3.21$ 低親密, $p < .05$)。

$t_{(102)} = -14.03$, $p = .000$)。上述結果顯示受試者能正確知覺親密程度的操弄。

主要依變項分析

在依變項分析上，由於在相關分析中發現，正向訊息版本之坦白程度與虛偽程度題目反轉後呈現中高度的度的相關 ($r = .652$)，負向訊息版本之坦白程度與虛偽程度題目反轉後亦呈現中度的正相關 ($r = .570$) 因此將兩依變項合併，做為主要的依變項「真實自我指標」。

考慮到受試者本身的自尊高低可能會影響到其對真實自我的評估，因此先以自尊為共變數，進行四因子共變數分析。結果顯示，自尊對依變項並沒有顯著的影響，因此後續的分析中仍將採用四因子重複量數變異數分析進行假設檢驗。

以真實自我指標為依變項進行四因子重複量數變異數分析（觸發自我 X 親密程度 X 接受程度 X 訊息向度），結果發現並無四因子交互作用，也無三因子交互作用。但是，訊息向度與接受程度之二因子交互效果達顯著 ($F_{(1,98)} = 5.408$, $p = .022$)。進一步分析單純主要效果，發現在接受程度高的情況下，接受正向訊息組會被認為比接受負向訊息組更展現出真實自我 ($M_{\text{高接受正向}} = 10.46$, $M_{\text{高接受負向}} = 9.15$, $p = .008$)。在接受正向訊息的情況下，接受程度高組會比接受程度低組

($M = 10.46_{\text{正向高接受}}$, $M_{\text{正向低接受}} = 9.06$, $p = .007$) 更展現出真實自我。接受程度與親密程度之二因子交互作用達顯著 ($F_{(1,98)} = 5.873$, $p = .017$)。進一步分析單純主要效果，在親密程度高時，接受程度高組比接受程度低組 ($M_{\text{高親密高接受}} = 10.24$, $M_{\text{高親密低接受}} = 8.46$, $p = .005$) 更展現出真實自我。另外，在接受正向訊息且親密程度高時，高接受組會比低接受組更展現出真實自我 ($M_{\text{正向,高親密,高接受}} = 11.04$, $M_{\text{正向,高親密,低接受}} = 8.61$, $p = .003$)。在接受負向訊息且低接受時，親密程度低組會比親密程度高組更展現出真實自我 ($M_{\text{負向,低接受,低親密}} = 10.00$, $M_{\text{負向,低接受,高親密}} = 8.30$, $p = .023$) (請見表 5-4、表 5-5)。

上述結果顯示，不論觸發何種自我，對正向訊息高接受者均比低接受者更展現真實自我，但是對負向訊息高接受者與低接受者無差異，這結果部分支持假設 1 及支持假設 2a。在親密程度高時，對評價高接受者均比低接受者更展現出真實自我，這結果部分支持假設 2b。此外，在接收負向訊息時且低接受時，低親密組較高親密組更展現出真實自我。

表 5-4 四因子變異數分析摘要表

源	SS	df	MS	F	p
組內	597.039	106			
訊息	17.127	1	17.127	3.224	.076
訊息 x 觸發	4.605	1	4.605	0.867	.354
訊息 x 親密	6.295	1	6.295	1.185	.279
訊息 x 接受	28.733	1	28.733	5.408*	.022
訊息 x 觸發 x 親密	5.027	1	5.027	0.946	.333
訊息 x 觸發 x 接受	9.013	1	9.013	1.696	.196
訊息 x 親密 x 接受	0.248	1	0.248	0.047	.83
訊息 x 觸發 x 親密 x 接受	5.299	1	5.299	0.997	.32
訊息 x 群內受試	520.692	98	5.313		
組間	1069.613	105			
觸發	0.214	1	0.214	0.021	.884
親密	1.887	1	1.887	0.189	.665
接受	27.613	1	27.613	2.759	.1
觸發 x 親密	0.019	1	0.019	0.002	.965
觸發 x 接受	0.05	1	0.05	0.005	.944
親密 x 接受	58.772	1	58.772	5.873*	.017
觸發 x 親密 x 接受	0.331	1	0.331	0.033	.856
群內受試	980.727	98	10.007		

註：*表示 $p < .05$

表 5-5 各組真實自我程度平均數摘要表

		正向訊息	
		相依	獨立
		<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>
高親密	高接受	10.92(2.33)	11.14(2.28)
	低接受	9.25(3.28)	7.91(2.98)
低親密	高接受	9.85(2.34)	9.93(1.73)
	低接受	9.36(3.48)	9.47(2.56)
		負向訊息	
		相依	獨立
		<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>
高親密	高接受	9.46(2.93)	9.43(3.08)
	低接受	7.67(2.46)	9.00(2.93)
低親密	高接受	8.92(3.15)	8.79(3.24)
	低接受	9.86(2.41)	10.13(2.64)

開放式問答

將上述結果與開放式問答的結果做對照，彙整受試者閱讀正向訊息腳本的開放式答案後，列出百分比比較高的答案（見表 5-6）。結果發現，詢問受試者「你如此判斷主角的坦白、虛偽程度，原因為何？」百分比最高的描述是與「接受程度」相關的，占 27.4%。次高的描述是與「關係」相關的，占 20.8%。而詢問受試者「認為主角在什麼情況下，應該不會接受/會接受這樣的回饋？」百分比最高的描述是與「事實是否相符」相關的，占 51.9%，但此項目並非我們主要操弄的變項，因此我們再進一步看次高的描述為何，次高的敘述是與「關係」相關的，占 14.2%，其餘敘述內容則頗為零散難歸類。

上述結果顯示出在面對正向的訊息時，華人傾向以一個人的接受程度、親密程度來考量其是否展現真實自我。而再繼續詢問受試者影響接受正向訊息的因素為何，他們會認為關係會是一個重要的依據。

彙整受試者閱讀負向訊息腳本的開放式答案後，列出百分比比較高的答案（見表 5-7）。結果發現，詢問受試者「你如此判斷主角的坦白、虛偽程度，原因為何？」百分比最高的反應是與「接受程度」相關的，占 40.6%。次高的反應是同時與「接受程度、關係」有關的，占 15.1%。第三高的反應是與「關係」相關的，占 14.2%。而詢問受試者「認為主角什麼情況下，應該不會接受/會接受這樣的回饋？」百分比最高的描述是與「事實是否相符」相關的，占 40.6%，但此項目並非我們主要操弄的變項，因此我們再進一步看次高的描述為何，次高的描述是與「關係」相關的，占 13.2%，其餘敘述內容則較為零散難歸類。

上述結果顯示，當一個人接受負向訊息時，多數華人會以其接受程度作為真實自我評估的主要依據，但也有不少受試者會同時考慮接受程度與親密程度。而再進一步詢問影響其接受負向訊息的因素時，許多受試者也提出了關係是他們主要依循的指標。

綜合上述，我們可以發現開放式問答與腳本操弄的實驗結果相呼應，在面對自我訊息時，關係的不同，如：熟識程度、相處時間，以及接受程度都是華人評估真實自我程度的重要考量。

表 5-6 正向訊息開放式問答整理 (N=106)

你如此判斷主角的坦白、虛偽程度，原因為何？	
回答	百分比
「接受程度」	27.4%
「關係」	20.8%
認為主角在什麼情況下，應該不會接受/會接受這樣的回饋？	
「與事實是否相符」	51.9%
「關係」	14.2%

表 5-7 負向訊息開放式問答整理 (N=106)

你如此判斷主角的坦白、虛偽程度，原因為何？	
回答	百分比
「接受程度」	40.6%
「接受程度、關係」	15.1%
「關係」	14.2%
認為主角在什麼情況下，應該不會接受/會接受這樣的回饋？	
「與事實是否相符」	40.6%
「關係」	13.2%

研究一結果小結

由我們自編的華人真實自我量表的內涵包含了兩個成分：「真實表達」與「彈性圓融」，「真實表達」成分與獨立我相關、「彈性圓融」成分與相依我相關。顯示出華人的自我與 Kernis 所定義的不甚相同，概念上更為多元、複雜。

在自我訊息處理方面，接收正向訊息時，高接受組比低接受組更展現出真實自我。在親密程度高的情況下，高接受組比低接受組更展現出真實自我。這顯示出華人認為在處理自我訊息時，同時考慮對方關係與接受程度，仍是真實自我的展現。而在親近他人給予評價時，不論是讚美或批評都應該要高度接受，但是，對於不親近的人給予的評價則無此現象，接收負向訊息時應低接受，如此才是真實自我的展現。而上述結果也與開放式問答結果相呼應，接收自我訊息時，依據關係來決定是否接受，是符合華人對真實自我的認定的。

第六章 研究二

第一節 研究目的與假設

從前置研究及研究 1A 中發現華人的真實自我不只具有獨立我的概念，更包含了相依我的概念，而研究 1B 中也發現對親密他人給予的評價高接受者比低接受者更展現出真實自我，似乎呼應了「關係」在華人真實自我中扮演了重要的角色。而在前置研究中，我們也發現華人認為在行為上反映個人真實想法，同時依據不同情況有所調整才是真實自我的展現。我們認為這有可能是因為華人在行為表現上，同樣深受情境中「互動他人」的影響，會考慮互動他人與自己的關係，因而調整自己的行為。因此，在研究二中將利用檔案資料形式的實驗方式，請受試者閱讀一些課堂討論及課程回饋單的資料，來操弄親密程度與調整程度。同時，也觸發不同自我，希望藉此更清楚地對比當個體具有不同自我時，調整程度及親密程度如何影響個體對真實自我的認定。但因為在研究一中的觸發效果不甚理想，在研究二中將改採電腦觸發的方式。

研究二為 2（觸發自我：獨立我 vs.相依我）x 2（親密程度：高 vs.低）x（調整程度：高 vs.低）三因子受試者間設計。依變項為真實自我程度及印象的好壞。實驗設計如下表。

表 6-1 研究二實驗設計

	獨立我		相依我	
	高親密	低親密	高親密	低親密
高調整	A	B	C	D
低調整	E	F	G	H

針對上述自變項與依變項，研究二預測如下：

假設 1：在觸發獨立我的情況下，個體只會依一個人的調整程度高低來評估其真實自我程度，而不受此人與其互動對象之親密程度影響，會認為調整程度低者比調整程度高者更展現出真實自我、對其印象也較佳。(即表 6-1 中， $E+F>A+B$)。

觸發獨立我後，個體較重視個人利益及與他人的區隔，較為接近 Kernis(2003)對於真實自我的看法，強調在行為表現上不受外在人事物的影響，依循自己內心真實的想法才是真實自我的展現。因此，不論面對親密程度如何，調整自己行為的程度偏低，才符合其對真實自我的看法。

假設 2：在觸發相依我的情況下，個體會同時考慮親密程度與調整程度。因此，當一個人與其互動對象間親密程度高時，個體會認為調整程度高者比調整程度低者更展現出真實自我、對其印象也較佳(即表 6-1 中， $C>G$)。當一個人與其互動對象間親密程度低時，個體會認為調整程度低者比調整程度高者更展現出真實自我、對其印象較佳(即表 6-1 中， $H>D$)。

觸發相依我時，根據前置研究結果，華人在行為表現上除了有自己的原則外，也會視情況有所調整。我們認為是由於華人十分重視關係，行為舉止皆會考慮與他人的關係再做出反應或決策。若與他人較為親密，則可能做出較多妥協，若於他人較不親密，則可能做出較少的妥協，這頗為符合華人對真實自我的看法。因此，當親密程度高時，個體會認為調整程度高組之真實自我程度高。當親密程度低時，個體會認為調整程度低組之真實自我程度高。

第二節 研究方法

受試者

受試者為政治大學與台灣大學之大學生共 156 名，透過課堂宣傳及網路宣傳進行招募，男性 55 名，女性 101 名。排除電腦觸發時反應時間過長、正確率過低、操弄檢核作答錯誤以及問卷作答不完整者，進入正式分析的受試者共有 121 位，其中男性有 38 位，女性有 83 位，平均年齡 19.65 歲。

研究工具

一、電腦觸發作業

參考高立宇（2008）使用的電腦觸發作業方式。作業中將會呈現個人照片與團體照片，以觸發不同層面的自我。以個人照片觸發獨立我，以團體照片觸發相依我。使用電腦軟體 Superlab 進行此作業，每個嘗試中，會先呈現圖片，再呈現一組字詞，請受試者做判斷，讓受試者可藉由電腦鍵盤對圖片和判斷詞的配對做出反應，同時紀錄其反應時間與正確率。判斷詞中共有三類的字詞，分別為個人詞、團體詞、中性詞各十個，每張圖都會各與三種詞作配對。預期在成功觸發獨立我時，對個人詞的反應時間是快於團體詞和中性詞的；而在成功觸發相依我時，對團體詞的反應時間是快於個人詞和中性詞的。

二、檔案資料

為了檢驗對於華人而言，依據不同關係而有不同的調整程度是否仍為真實自我的展現。我們編製了一份檔案資料，以模擬與他人互動時行為調整的過程，藉此操弄親密程度與調整程度。此份資料以自編方式設計，模

擬某位學生課堂討論的過程及其課程回饋單的資料。將課程設定為「文化創意個案研究」通識課程，課程要求為與同組組員共同選定台灣任一縣市設計城市行銷方案，同時寫下自己的理由與地點優先順序。首先，簡介該通識課，有課程名稱、期末報告主題與計分方式。為了突顯題目選擇對該學生的重要性，除團體報告外，仍需繳交一分個人報告，且團體口頭報告與個人書面報告占的比例一樣重。（請見附錄十四）

（一）調整程度

檔案資料的呈現(1) 該同學和組員的姓名、系級（會以小紙條黏貼遮蔽，聲稱避免學生個人資料外洩，以增加可信度）(2) 該同學本身最想選擇的地點為何，其選擇理由以及地點優先順位。理由中會充分表達出此堂課對該學生之重要性與優先選擇地點之原因，並排序出最能發揮的三個地點與最無法發揮的三個地點（文字部分請一位同學將內容謄寫至資料上，增加真實性）(3) 該學生與組員討論後選擇的題目為何，以操弄調整程度，若被分派到調整程度高組者，會看到該同學最後選擇的題目為無法發揮地點中的”桃園”，若被分派到調整程度低組者，會看到該同學最後選擇的題目為可發揮地點中的”南投”。另外，在課程回饋單，第四題為加深受試者的印象而設計的，以避免在看討論過程時並未感受到個體是有所妥協的，題目為「最後決定的地點是否為你的最佳選擇？」所有版本都會勾選「否」。而回饋單一到三題是為了增加真實性而編的題目，與課程內容的滿意度有關，

（二）親密程度

課程回饋單第五、六題為操弄親密程度，第五題為題目為「同組夥伴與你的關係為何？」若是低親密組是勾選最近才認識，若

是高親密組則是勾選交情很好的朋友。第六題則用數字評估，題目為「同組夥伴與你的親近程度為何？」低親密組會圈選「2」，高親密組會圈選「6」。

三、操弄檢核相關問題

(一) 重要性的操弄檢核

請受試者勾選此通識課程期末報告決定成績的方式，以確認受試者得知題目選擇不只會影響團體成績，也會影響個人成績，對個體來說是重要的，最後的結果是來自於考慮過後的妥協，而非不在乎而隨意決定。共有三選項：「團體報告」、「個人報告」、「團體+個人報告」。

(二) 關係的操弄檢核

請受試者勾選兩學生的關係屬於何者，以確認親密程度的操弄成功。共有三選項：「上課分組才認識」、「一般朋友」、「好朋友」。

四、依變項

(一) 真實自我程度

請受試者在閱讀過檔案資料後，評估該名學生所呈現的真實自我程度為何？測量方式同研究一，測量坦白程度與虛偽程度。採用七點量表，分數越高分別表示越坦白或是越虛偽。

(二) 印象好壞

請受試者在閱讀過檔案資料後，評估對該名學生印象好壞。以七點量表作答，1表示印象非常不好，7表示印象非常好。

(三) 作出此種決定/行為的原因

詢問受試者 (1)如此判斷此同學真實自我程度的原因為何？(2)認為此

同學最後選擇此題目的可能原因為何？皆採開放式問答，請受試者寫下自己的想法。

(四) 自尊量表

同研究一，採用 Self-Esteem Scale (Rosenberg, 1965) (見附錄十)。

(五) 華人真實自我量表

同研究一，採用前置研究中自編的量表 (見附錄八)。

研究程序

實驗以個別方式進行，一次一位受試者，當受試者抵達實驗室後，先告知其「今天要進行的是『人際知覺實驗』，目的是想要探討個體是否能藉由一些看似不相關的訊息中去了解一個人，進而形成印象。」參與者可獲得課程加分或是抽獎機會。接著，請受試者閱讀實驗同意書，將其隨機分派至各組。第一部分會先進行電腦觸發，宣稱此階段的電腦作業的目的為了解受試者的知覺敏感度如何。指導語如下：「謝謝你來參加這個實驗，首先螢幕中央會出現一張照片，接著會出現一個詞，請你快速且直覺的判斷這個詞和先前的圖片是否相關。有相關請按"/" 鍵，無相關請按"Z" 鍵。如果沒有問題，請按空白鍵開始練習階段。」練習階段共有六個嘗試，待練習階段結束後，螢幕中會出現指導語「正式階段，請按空白鍵開始」。正式作業共有兩階段，一階段有三十個嘗試，每次會呈現一張照片與一個中文詞，共有十張照片，以及團體詞、中性詞、個人詞各十個，每張照片都會呈現三次，分別與一團體詞、一中性詞、一個人詞配對呈現，照片出現的順序為隨機。中間有一個休息階段，受試者會看到螢幕中出現以下指導語「您可稍作休息，若您準備好進入下一階段，請按空白鍵繼續。」第二階段則再次呈現上階段的刺激，順序仍為隨機。實驗結束時，螢幕中會出現以下指導語「電腦作業結束，請通知主試者，謝謝！」若觸發相依我組，呈現的照片皆為團體照片；

若觸發獨立我組，呈現的照片皆為個人照片。實驗過程中會紀錄正式階段的反應時間與按鍵反應。

電腦作業結束後，隨即進行第二部分：「印象評估作業」。告知受試者將會看到數份資料，這幾份資料是同學在「文化創意個案研究」通識課堂上討論期末報告題目的一些討論過程和課程回饋單的資料，請同學閱讀過後，評估對該學生的印象。第一頁會呈現該門課期末報告評分方式，課程要求為與同組組員共同選定台灣任一縣市設計城市行銷方案。第二頁會呈現該同學選擇理由、地點選擇優先順序及最終題目選擇，以操弄調整程度。第三頁則會呈現該同學之課程回饋單，操弄親密程度。待受試者閱讀完檔案資料後，再填答依變項、操弄檢核。最後，填答相關問卷。實驗結束後，感謝並釋疑。

第三節 研究結果

初步分析

操弄檢核

1. 電腦觸發效果檢核

在研究二中使用電腦觸發來進行觸發自我的操弄，以團體照片觸發相依我，以個人照片觸發獨立我，在刪除反應時間極端值及正確率過低者後，受試者的反應時間與正確率如表 6-2。

進行單因子變異數分析後發現，觸發相依我組在三種詞上的反應時間有顯著差異 ($F_{(2,138)}=23.184, p=.000$)，經多重比較後發現，團體詞反應時間顯著快於個人詞與中性詞，顯示成功觸發受試者之相依我。觸發獨立我組在三種詞上的反應時間有顯著差異 ($F_{(2,134)}=6.47, p=.012$)，經多重比較後發現，個人詞反應時間顯著快於團體詞，但與中性詞並無顯著差異。整體平均正確率達 0.75 以上，大致上算是觸發成功。

表 6-2 不同觸發組別之反應時間與正確率(N=138)

觸發層面	反應時間(毫秒)			平均正確率
	個人詞	中性詞	團體詞	
獨立我 (n=68)	1020.42 _a (280.83)	1041.58 _a (297.28)	1087.69 _b (305.93)	
正確率	.78 (.18)	.73 (.14)	.71 (.17)	0.75 (.17)
相依我 (n=70)	1126.71 _b (353.96)	1016.69 _b (294.19)	957.66 _a (312.67)	
正確率	.73 (.19)	.81 (.14)	.89 (.11)	0.81 (.15)

註 1：括弧內為標準差

註 2：每行下標字母不同者表示有顯著差異

2. 親密程度、調整程度操弄檢核

為了確認受試者在閱讀過資料後，確實有注意到主角之親密程度、調整程度，因而刪除在「重要性操弄檢核」8位、「關係的操弄檢核」5位回答錯誤者及漏答者4位。最後，刪除未通過檢核者17人，有效樣本121人。

主要依變項分析

在主要依變項分析上，由於在相關分析中發現，坦白程度與虛偽程度題目反轉後呈現中高度的正相關 ($r = .637$)，因此將兩依變項合併，做為主要的依變項「真實自我指標」。

考慮到受試者本身的自尊、華人真實自我量表得分可能會影響到其對真實自我的評估，因此先分別將自尊、華人真實自我量表總分作為共變數，進行三因子共變數分析。結果顯示，自尊、華人真實自我量表總分對依變項並沒有顯著的影響。因此後續的分析中仍將採用三因子變異數分析進行假設檢驗。

以真實自我指標為依變項進行三因子變異數分析(觸發自我 X 親密程度 X 調整程度)，結果發現觸發我之主要效果達顯著 ($F_{(1,113)} = 16.879, p = .000$)，觸發相依我組所評定的真實自我程度顯著高於觸發獨立我組 ($M_{相依} = 10.17, M_{獨立} = 8.42$)。親密程度亦具有主要效果 ($F_{(1,113)} = 5.912, p = .017$)，親密程度高組之真實自我程度顯著高於親密程度低組 ($M_{高親密} = 9.81, M_{低親密} = 8.78$)。調整程度亦具有主要效果 ($F_{(1,113)} = 11.247, p = .001$)，調整程度低組之真實自我程度顯著高於調整程度高組 ($M_{低調整} = 10.01, M_{高調整} = 8.58$)。

調整程度和親密程度之二因子交互作用達顯著 ($F_{(1,113)} = 7.562, p = .007$)，進行單純主要效果後發現，在親密程度低時，低調整組之真實自我程度會顯著高於高調整組 ($M_{低親密低調整} = 10.08, M_{低親密高調整} = 8.26, p = .008$)。

三因子交互作用亦達顯著 ($F_{(1,113)} = 8.835, p = .004$)，進一步進行單純交互作用，發現在觸發獨立我時，親密程度與調整程度之交互作用達顯著 ($F_{(1,53)} = 11.035, p = .002$)，在親密程度低時，觸發程度與調整程度之交互作用亦達顯著 ($F_{(1,53)} = 9.791, p = .003$)，在調整程度高時，觸發自我與親密程度之交互作用達顯著 ($F_{(1,46)} = 6.876, p = .012$)。

接著進行單純主要效果的檢驗，結果發現，在觸發獨立我且調整程度高的情況下，高親密組之真實自我程度高於低親密組 ($M_{獨立我,高調整,高親密} = 9.44, M_{獨立我,高調整,低親密} = 5.33, p = .006$)。在觸發獨立我且低親密的情況下，低調整組之真實自我程度高於高調整組 ($M_{獨立我,低親密,低調整} = 9.84, M_{獨立我,低親密,高調整} = 5.33, p = .000$)。在低親密且高調整的情況下，觸發相依我組之真實自我程度高於觸發獨立我組 ($M_{低親密,高調整,相依我} = 9.62, M_{低親密,高調整,獨立我} = 5.33, p = .000$) (請見表 6-3 及表 6-4)。

整體而言，上述結果顯示，相較於觸發獨立我組，觸發相依我組的受試者，不論該學生親密程度及調整程度如何，所評定的真實自我程度均顯著高於獨立我組。相對的，觸發獨立我組，在高親密的情況下，對高調整組與低調整組之間真

實自我程度的評估並無顯著差異；但在低親密的情況下，對低調整組之真實自我程度的評估高於高調整組。

表 6-3 真實自我程度之三因子變異數摘要表

來源	SS	df	MS	F	顯著性
觸發我	82.051	1	82.051	16.879***	.000
調整	54.674	1	54.674	11.247**	.001
親密	28.739	1	28.739	5.912*	.017
觸發我 x 調整	10.791	1	10.791	2.220	.139
觸發我 x 親密	10.419	1	10.419	2.143	.146
調整 x 親密	36.763	1	36.763	7.562**	.007
觸發我 x 調整 x 親密	42.949	1	42.949	8.835**	.004
誤差	549.321	113	4.861		
總數	11995.000	121			

註：*表示 $p < .05$ ，**表示 $p < .01$ ，***表示 $p < .001$

表 6-4 各組真實自我程度之平均數摘要表

		相依	獨立
		$M(SD)$	$M(SD)$
高親密	高調整	9.93(2.02)	9.44(3.01)
	低調整	10.82(1.59)	9.06(2.46)
低親密	高調整	9.62(1.89)	5.33(2.07)
	低調整	10.32(2.06)	9.84(2.17)

印象分數分析

我們認為當受試者評定該生越具真實自我時，對其印象應該越好，因此我們將其結果與所評定之真實自我之分數變化加以比對。以印象分數為依變項進行三因子變異數分析（觸發自我 x 親密程度 x 調整程度），結果發現觸發我之主要效

果達顯著 ($F_{(1,113)} = 12.212, p = .001$)，觸發相依我組比觸發獨立我組對該生印象佳 ($M_{相依我} = 4.73, M_{獨立我} = 3.99$)。親密程度亦具有主要效果 ($F_{(1,113)} = 9.420, p = .003$)，親密程度高組比親密程度低組對該生印象佳 ($M = 4.68_{高親密}, M_{低親密} = 4.04$)。調整程度亦具有主要效果 ($F_{(1,113)} = 4.250, p = .042$)，調整程度低組比調整程度高組對該生印象佳 ($M_{低調整} = 4.58, M_{高調整} = 4.14$)。

調整程度和親密程度之二因子交互作用達顯著 ($F_{(1,113)} = 5.503, p = .021$)，進行單純主要效果後發現，在親密程度低時，低調整組比高調整組對該生印象佳 ($M_{低親密低調整} = 4.5, M_{低親密高調整} = 3.84, p = .04$)。在調整程度高時，高親密組比低親密組對該生印象佳 ($M_{高調整高親密} = 4.71, M_{高調整低親密} = 3.84, p = .02$)。

三因子交互作用亦達顯著 ($F_{(1,113)} = 4.867, p = .029$)，進一步進行單純交互作用，發現在觸發獨立我時，親密程度與調整程度之交互作用達顯著 ($F_{(1,53)} = 7.760, p = .007$)，接著進行單純單純主要效果的檢驗，結果發現，在觸發獨立我且調整程度高的情況下，高親密組比低親密組對該生印象佳 ($M_{獨立我,高調整,高親密} = 4.63, M_{獨立我,高調整,低親密} = 2.83, p = .008$)。在觸發獨立我且低親密的情況下，低調整組比高調整組對該生印象佳 ($M_{獨立我,低親密,低調整} = 4.32, M_{獨立我,低親密,高調整} = 2.83, p = .006$)。

上述結果顯示，印象好壞與真實自我分析結果之反應趨勢大致上一致。觸發相依我組，不受到親密程度及調整程度影響，皆對該學生具有好印象。觸發獨立我組，在高親密的情況下，對高調整組與低調整組之間印象的評估並無顯著差異；在低親密的情況下，對低調整組之印象優於高調整組。(請見表 6-5 及表 6-6)

表 6-5 印象分數之變異數分析摘要表

來源	SS	df	MS	F	顯著性
觸發我	14.500	1	14.500	12.212**	.001
調整	5.046	1	5.046	4.250*	.042
親密	11.185	1	11.185	9.420**	.003
觸發我 x 調整	.205	1	.205	.173	.678
觸發我 x 親密	.908	1	.908	.765	.384
調整 x 親密	6.533	1	6.533	5.503*	.021
觸發我 x 調整 x 親密	5.779	1	5.779	4.867*	.029
誤差	134.165	113	1.187		
總數	2608.000	121			

註：*表示 $p < .05$ ，**表示 $p < .01$

表 6-6 各組印象分數之平均數摘要表

		相依	獨立
		<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>
高親密	高調整	4.80(0.94)	4.63(1.41)
	低調整	5.12(0.99)	4.19(1.11)
低親密	高調整	4.31(1.25)	2.83(0.75)
	低調整	4.68(0.89)	4.32(1.11)

研究二結果小結

上述結果顯示，觸發相依我的個體會傾向認為別人展現出真實自我，不論此人與互動對象之親密程度與其調整程度為何。而觸發獨立我的個體，則會同時受到親密程度與調整程度影響。當一個人與其互動對象親密程度低時，個體會認為此人低調整比高調整更展現出真實自我；當一個人與其互動對象親密程度高時，則認為此人不論其如何反應都不影響真實自我的評估。在印象方面的評估，也與真實自我指標有一致的結果。

第七章 討論

本研究目的在於探討華人真實自我的內涵為何。由於「真實自我」此概念在華人研究中是較少受到關注的，因此我們先藉由 Goldman 與 Kernis (2004) 所發展出的真實自我量表為架構，來了解華人真實自我的樣貌。

根據華人自我的相關文獻，在集體主義或華人文化社會下的個體是偏向相依我的 (Gudykunst et al., 1996; Kim et al., 1996)。楊國樞 (Yang, 1995) 也認為華人的我是偏向社會取向的。華人對於團體和諧、關係的重視，很可能使得華人對真實自我的看法與 Kernis (2003) 定義的不盡相同。為此，我們在研究中，也嘗試以社會取向自我實現者的心理特徵為基礎，編製華人真實自我量表，以了解華人真實自我的內涵。

此外，為了反應華人重視關係的傾向，我們更加入「關係」變項的考量，探討在面對不同親密程度的他人時，在訊息處理、行為方面如何展現是否會影響華人對真實自我的評斷，是否與 Kernis (2003) 所定義之真實自我中的定義不盡相同。同時也釐清 Goldman 與 Kernis (2004) 在關係取向中，題目與定義間的落差，並以實驗法檢驗華人真實自我的概念。

本研究結果與貢獻

本研究使我們對華人真實自我的樣貌有初步的了解。研究中發現，個體接收自我訊息時，訊息正負向、接受程度會對真實自我程度的評估造成影響。在個體行為部分，觸發自我、親密程度、調整程度等變項會對真實自我程度的評估造成影響。

華人真實自我的內涵更為多元

陸洛 (2003) 提出折衷自我的看法，認為在華人身上「獨立我」與「互依我」

這兩套自我系統已逐漸共存。在孫蓓如與王崇信（2005）的研究中，也顯示獨立我與相依我均存在華人的自我概念中。而研究一中，我們所編制華人真實自我量表中則發現其中的「真實表達」成分與獨立我相關，「彈性圓融」成分則與相依我相關。這顯示出華人認為展現真實自我的人應要能如實表達自己的想法，同時在不同情境中保有行為的彈性，以維持關係的和諧。這結果與 Kernis（2003）先前研究中所定義之真實自我不甚相同，Kernis 認為不論何時，一個展現真實自我的人就應該表現心中的想法，不受外在價值觀或是酬賞的影響。換言之，真實自我的看法確實會隨著文化會有所不同。華人的真實自我應該是有原則但因地制宜，在概念上更為複雜、多元。這也呼應了黃光國（2005）對華人的自我的看法，他認為華人的自我是一種情境取向或社會取向的「關係我」（relation self），依照涉入社會事件之他者與自己的關係，用不同的方式來界定自己，傾向於把自我看成必須隨外在情境變化，而不斷做出調整的歷程。當個人和其有情感性關係的人互動時，他會出現相依自我的特色，但是當個人與屬於工具性關係的人互動時，彼此之間的情感成分很淡，他亦可能呈現出獨立自我的特色。換言之，他認為華人的自我觀是隨著個人與其互動對象的關係而定的，這也和本研究中華人對於真實自我的看法不謀而合。

綜上所述，華人真實自我量表確實和 Goldman 與 Kernis（2004）所編製的量表有所區隔，顯示華人與西方人所認定的真實自我的展現，深受文化的影響。華人的真實自我確實有其獨特性存在，重視關係及隨關係而調整行為仍可被視為是真實自我的展現。換言之，一個具真實自我的華人，不僅其行為要能如實反映自己想法，也會同時考慮與他人的關係，恰如其分的調整自己的行為表現。因此在華人真實自我量表得分高分的人，或許就是華人社會中適應較佳的人，同時具有良好人際關係。之前在 Kernis 的研究中發現，一個能夠展現真實自我的人是一個對社會適應較佳、擁有安全高自尊的人。我們認為，或許在未來研究中可以用此量表來預測華人的生活滿意度及生活適應，做為一個華人心理健康的重要指

標，運用在各種實務、臨床領域中。

關係對於自我訊息處理造成影響

根據 Kernis (2003) 對真實客觀處理的想法，不論訊息正負向都應該要高接受較為真實。而根據前置研究的結果，華人認為對於正向訊息的接受度高於負向訊息才是真實自我展現。我們認為有可能是因為接受負向訊息時較會考慮評價者與自己的「關係」、他對自己的了解程度，再決定要不要接受。因此在研究一中，以觸發自我、訊息正負向、親密程度、接受程度作為主要的自變項，探討華人的真實自我程度是否會受到這些因素影響。

結果發現，在親近他人給予評論時，高接受者比低接受者更展現出真實自我，顯示出「關係」的確在真實自我的評估中，扮演了重要的角色。不論是觸發獨立我或相依我的組別，都認為對於親近的人所說的讚美或批評應該要高度接受才是真實自我的展現。而在儒家的庶人倫理中，也強調「親疏」、「尊卑」兩個社會認知向度，要先界定出與他人的親疏遠近、尊卑上下，按照不同的關係做出差序性的反應，如此才是「禮」的展現。因此，在面對親密他人時，個體高接受的反應的確是華人真實自我的展現。

此外，本研究中亦發現，不論觸發的是何種自我，皆認為對正向訊息高接受的人顯得較真實，符合 Kernis (2003) 的理論與前置研究的發現。而對於正向訊息高接受會也比對於批評高接受來的真實，顯示出受試者普遍認為對正向訊息應該要欣然接受才是真實自我的展現，但對批評就不一定要如此，呼應了前置研究的結果。而在負向訊息方面，不接受陌生的人給予的批評會比不接受親近他人給予的批評來的真實。這顯示受試者認為在個體接收負向訊息時，考慮給予評價的人與自己的關係為何再做反應仍為真實自我的展現。

整體而言，研究一中讓我們對華人真實自我的樣貌有初步的瞭解，華人的真

實自我的評定，內涵較為多元複雜。在接收來自他人評價訊息時會對於情境中與他人的「關係」加以考量，再決定如何反應。因此，在華人接收到「親密他人」給予的評價訊息時，會認為接受才是展現真實自我的表現；而華人接受較陌生的他人給予負向訊息時，低接受才是真實自我的表現。同時，我們也再次驗證了 Kernis(2003)的想法，一個展現真實自我的人對他人給予的讚美應該高度接受。但是，與 Kernis 不同的是，我們也發現一個展現真實自我的人對於批評會考慮與他人與自己的關係再決定是否接受。

關係也影響對行為調整的認知

在前置研究中，我們發現華人認為在行為上能反映心中想法，但同時會為了「他人」調整自己的行為，仍是真實自我的展現，這也與華人真實自我量表的重要因素相呼應。我們認為這有可能是因為華人在與他人互動時，同樣會考慮與他人「關係」，再決定是否要調整行為，而如此仍為真實自我的展現。為此我們設計了實驗二，探討觸發自我、調整程度、親密程度等變項是否會影響華人真實自我的看法。結果發現，個體傾向認為一個人在面對親近他人時會比面對陌生人時，展現更多真實自我，符合 Kernis (2003) 對真實自我中關係取向的定義，他認為面對親近他人時會有更多的自我揭露。而當個體被觸發獨立我時，他會認為面對較陌生的人不隨意配合、調整，才是展現真實自我；但是在面對親近他人時，不論他是配合或是堅持本意，都不會影響其對真實自我的認定。這樣的發現與 Kernis 的想法不同，Kernis 認為評估一個人的行為是否有真實自我時，應該只考慮他行為調整的程度；然而我們卻發現，當依照互動對象與自己的關係來調整行為時，如此的行為反應仍被視為真實自我的展現。

觸發不同自我對真實自我認知也不同

在研究二中也發現，在觸發相依我後，各組不因親密程度、調整程度不同而對真實自我程度評估有所差異。整體而言，觸發相依我組比觸發獨立我組更認為

該學生展現真實自我、對其印象也較佳。可能的解釋為觸發相依我時，強調的是與他人的連結，較重視人際和諧，因此對他人有較正面的看法，傾向將他人視為較真實，這有助於維護關係。而黃光國（2005）對華人「關係我」(relational self)的看法也提到，個體會依據與他人的關係來決定如何行動，當個人和其有情感性關係的人互動時，他會出現相依自我的特色。因此，或許是觸發了相依我後，傾向將他人視為有情感性關係的人，不論他人如何行為反應都能夠包容接受，視他人行為為真實自我的展現。

在觸發獨立我時，若一個人是面對親近他人，則其調整程度為何都不影響我們對其真實自我的評估；若一個人是面對較陌生的人時，則其堅持本意顯得較展現出真實自我，符合 Kernis（2003）的看法。可能的解釋為觸發獨立我者，自我獨立於他人之外，較為關注個人特徵與利益，一般而言，外在行為反映其想法。但是，在給予「關係」線索後，面對親密他人之人際處理模式就會比較接近觸發相依我組，傾向認為他人較為真實，如此有助於建立、維護關係。

因此與 Kernis（2003）對行為成分的想法相較，華人會對行為反應保有較多的彈性，尤其當觸發相依我時，不論一個人是堅持想法或是有所妥協，個體都會認為是真實的行為表現。觸發相依我組會將他人視為與自己有連結的人，為了建立關係，會傾向將他的行為視為較正向、真實的。而觸發獨立我組則認為在不親近的人面前堅持本意較為真實。只有在出現「關係」線索時，才會出現類似觸發相依我的結果，不論他人是堅持原意或有所妥協，都傾向將他視為較正向、真實的。

整體而言，華人的真實自我是較為複雜、多元的，隨著不同的「關係」來決定如何行為反應，這是華人真實自我中十分重要的內涵。華人在接受評價訊息時，不但會依照關係來決定是否接受，也會視其給予的是稱讚或批評而有不同的反應這仍是真實自我的展現。這不同於 Kernis（2003）的想法，他認為不論讚美或批

評都接受才是真實的訊息處理。同時，華人在與他人互動時，不論是妥協或是堅持本意都是真實行為的展現，這也不同于 Kernis 所認定的，他認為行為要能完全反映內心想法、絲毫不妥協才是真實的行為。



研究限制與建議

本研究為了更如實描繪華人真實自我的面貌，而加入了華人文化中所重視的「關係」的面向加以探討，並考慮華人具雙元自我的特性而使用觸發自我的方式比較不同自我模式運作時，是否會對真實自我有不同的想法。探討在觸發不同自我時，是否隨著關係的不同而有不同的訊息處理方式及行為反應，希望藉此了解華人對真實自我的看法。

但是在研究一中，關係並沒有在觸發相依我組與觸發獨立我組間造成不同的影響，觸發自我並未出現主要效果或交互作用，而是呈現出一個整體的效果。其可能的原因或許是紙本觸發的方式效果不夠強。因為在觸發後的後續自行造句的檢核上，只有約 70%~80%的受試者成功造句達 3 句以上，無法使觸發不同自我的組別有所區隔，使受試者仍受到本身自我建構的影響，因此未能出現預期的效果。因此我們建議，後續若要進行相關的研究，應如研究二採用電腦觸發較為適宜。

後續研究方向

一、 上下關係或水平關係

在本研究中只探討了在同儕間不同的親密程度是否會對真實自我的評估造成影響。但是在華人社會中，除了水平關係外還有上下關係的區分，面對平輩和長輩有不同的行為模式。在儒家庶人倫理中提及「親疏」、「尊卑」兩個概念，主張個人與任何人交往時，都應當從此兩個向度來衡量彼此角色關係，做出適宜的行為反應。而「親疏」就是我們在研究中探討的親密程度的差別，「尊卑」就是地位高低的差別，即上下關係的區別。儒家思想主張應該「親其所當親」，與關係較近的人較為親密；應當「尊其所當尊」，要對地位較高的人較為尊重、順從。因此面對長輩時，華人應會有更強烈的意願或社會性規範去做妥協，或許後續研

究可就上下關係進行操弄，如此應可對於華人真實自我有更全面性的了解。例如：當甲生對人生未來規劃與父母/不熟的親戚不同時，其調整程度的高低，是否會影響真實自我的認知。甲生受到父母/不熟的親戚的讚美或批評時，其接受程度的高低，是否會影響其對真實自我的認知，這都是日後可以進一步探討的。

二、 訊息的面向

在本研究中，使用的自我相關訊息主要為道德特質的形容詞，但是訊息除了道德面向外，還有能力面向的。能力特質指的是達成目標之效率的有無，像是獨立的、聰明的，兩種訊息給人的印象效果並不同。Skowronski 與 Carlston (1987, 1989) 發現道德面向的負面訊息比正面訊息更有決定性，能力面向的正向訊息比負向訊息更有決定性。對於知覺者來說，道德面向具有負面較果，即負面道德訊息會獲得較多的比重和注意力；能力面向具有正面效果，及正面能力訊息在印象中或獲得較多的比重和注意。因此個人或許對不同面向的訊息接受程度也不同，他或許可以坦然接受負能力回饋，但不能接受負道德的回饋。而個人接收負道德與負能力訊息後的反應，或許也會影響我們對他真實自我的評估。若日後進行相關研究，也可就訊息的面向加以考量。

三、 公開或私下場合

此次研究一的腳本中，並未明確界定給予評價訊息時是在公開或是私下場合。但華人在公開場合與私底下的表現可能十分不同。在楊國樞 (1993) 對華人社會取向的論述中提及華人也有相當「他人取向」的一面，指的是在心理上與行為上易受到他人影響的一種強烈趨向，對他人的意見、標準、褒貶、批評特別敏感而重視，希望在他人面前留下好印象。因此華人特別會自我檢視，不斷調節自我呈現的內容與方式，藉以整飭給予別人的印象。為了解決不斷改變但同時又要維持個人主觀同一感，華人將自己分為「公己」與「私己」(楊中芳, 1991b)，讓公己盡量隨著他人的影響而變動，私己則不必因他人影響而輕易改變。公己主要是

與他人對話的自己，私己則是與自己對話的自己。相較之下，公己像是為了應付不同場合而不斷改變的外在形象，而私己才是個人保有真實想法的內在本質。因此若某個人不論是在公開、私下場合都接受別人的評論，或許會比只在公開場合接受，私底下卻不接受來的更為真實。因為華人在公開場合往往需要依據不同的情境扮演不同的角色，而私下場合較沒有角色規範，行為反應較能反映其內心的想法。若未來進行後續研究時，這也是可以加以操弄比較的變項。



參考文獻

- 文崇一 (1988)。中國人的富貴與命運。見文崇一、蕭新煌 (主編): *中國人: 觀念與行為*, 25-42。台北: 巨流。
- 吳芬英 (2012)。訊息來源可信度對目標人物印象形成之影響—以道德和能力面向探討。國立政治大學心理學研究所碩士論文。
- 凌文韜、方俐洛、Khanna, A. (1991)。內隱領導理論的中國研究—與美國的研究進行比較。 *心理學報 (北京)*, 3, 236-242。
- 高立宇 (2008)。華人社會排斥現象之探討: 情境因素與個人因素對反應策略的影響。私立中原大學心理學研究所碩士論文。
- 孫蒨如、王崇信 (2005)。華人的自我評價與自我肯定歷程。 *本土心理學研究 (台北)*, 24, 139-187。
- 孫蒨如、楊守城 (2006)。外表吸引力對自我評價的影響—自我層面的調節作用。 *教育與心理研究 (台北)*, 3, 571-597。
- 陸洛 (2003)。人我關係之界定—「折衷自我」的現身。 *本土心理學研究 (台北)*, 20, 139-207。
- 黃光國 (2005)。華人社會中的臉面觀。見楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編): *華人本土心理學 (上)*。台北: 遠流出版公司。
- 黃光國 (2005)。華人關係主義的理論建構。見楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編): *華人本土心理學 (上)*。台北: 遠流出版公司。
- 費孝通 (1948)。鄉土中國。上海: 觀察社。
- 彭泗清 (1993)。中國人「做人」的概念分析。 *本土心理學研究 (台北)*, 2, 277-313。
- 楊中芳 (1991b)。試論中國人的自己: 理論與研究方向。見楊中芳、高尚仁 (主編): *中國人·中國心—人格與社會篇*。台北: 遠流出版公司。
- 楊國樞 (1993)。中國人的社會取向: 社會互動的觀點。見楊國樞、余安邦 (主編): *中國人的心理與行為: 理念及方法篇 (一九九二)*。台北: 桂冠圖書

公司。

楊國樞、陸洛(2005)。社會取向自我實現者與個人取向自我實現者的心理特徵：

概念分析與實徵衡鑑。 *本土心理學研究* (台北), 23, 71-143。

簡晉龍(2003)。自我建構與主觀幸福感：自尊與相融和諧的角色。 *國立政治大學心理學研究所碩士論文*。

Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart, & Winston.

Brunell A. B., Kernis M. H., Goldman B. M., Heppner W., Davis P., Cascio E. V., Webster G. D. (2010). Dispositional authenticity and romantic relationship functioning. *Personality and Individual Differences*, 48, 900–905

Goldman, B. M. (2004). *Dispositional authenticity as a predictor of self-esteem, self-concepts, and social role functioning*. Unpublished data.

Goldman, B. M., Brunell, A., Kernis, M. H., Heppner, W., & Davis, P. (2005a). *Dispositional authenticity as a predictor of romantic relationship functioning*.

Goldman, B. M., Kernis, M. H., Foster, J. D., Hermann, A., & Piasecki, R. (2005b). *Exercising one's daimon: Dispositional authenticity and self-concordant goal pursuits as predictors of well-being*. Manuscript submitted for publication.

Goldman, B. M., & Kernis, M. H. (2001). *Development of the authenticity inventory*. Unpublished data, University of Georgia.

Goldman, B. M., & Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5 (6), 18–20.

Goldman, B. M., & Kernis, M. H. (2004). *The development of the authenticity inventory, version 3*. Unpublished data.

Gudykunst, W. B., Matsumoto, Y., Ting-Toomey, S., Nishida, T., Kim, K., & Heyman, S. (1996). The influence of cultural individualism-collectivism,

- self-construals, and individual values on communication styles across cultures. *Human Communication Research*, 22, 510–543.
- Heppner W. L., Kernis M. H., Nezlek J. B., Foster J., Lakey C. E., Goldman B. M. (2008). Within-Person Relationships Among Daily Self-Esteem, Need Satisfaction, and Authenticity. *Psychological Science*, 19(11), 1140-1145.
- Kashima, E. S. & Hardie, E. A. (2000). The development and validation of the relational, individual, and collective self-aspects (RIC) scale. *Asian Journal of Social Psychology*. 3(1), 19-48.
- Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychology Inquiry*, 14, 1–26. Unpublished data.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2005). From thought and experience to behavior and interpersonal relationships: A multicomponent conceptualization of authenticity. In A. Tesser, J. V. Wood, & D. Stapel (Eds.), *On building, defending and regulating the self: A psychological perspective*. New York: Psychology Press.
- Kim, M. S., Hunter, J. E., Miyahara, A., Horvath, A., Bresnahan, M., & Yoon, H. J. (1996). Individual- vs. culture-level dimensions of individualism and collectivism: Effects on preferred conversation styles. *Communication Monographs*, 63, 9–49.
- Lu, L. (陸洛), Gilmour, R., & Kao, S. F. (高旭繁) (2003). Culture-based self-regulated ways to achieve SWB: A pan-cultural analysis. *Personality and Individual Differences*, Manuscript under review.
- Lu, L. (陸洛), Gilmour, R., & Kao, S. F. (高旭繁), Eng, T. H. (翁崇修), Hu, C. H. (胡家欣), Chem, J. G. (陳忠貴), Huang, S. W. (黃姝文), & Shih, J. B. (施建彬) (2001). Two ways to achieve happiness: When the East meets the West. *Personality and Individual Differences*, 30, 1161-1174.

- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd ed.). New York: Van Nostrand.
- Robins, R. W., & Beer, J. S. (2001). Positive illusions about the self: Short-term benefits and long-term costs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 340-352.
- Rogers, C. (1951). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(5), 580-591.
- Skowronski, J. J., & Carlston, D. E. (1987). Social judgement and social memory: The role of cue diagnosticity in negativity, positivity, and extremity biases. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 689-699.
- Skowronski, J. J., & Carlston, D. E. (1989). Negativity and extremity biases in impression formation: A review of explanations. *Psychological Bulletin*, 105, 131-142.
- Stapel, D. A. & Koomen W. (2001). I, we and the effects of other on me: How self-construal level moderates social comparison effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 766-781.
- Vaillant, G. (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Yang, K. S. (楊國樞) (1995). Chinese social orientation: An integrative analysis. In T. Y. Lin (林宗義), W. S. Tseng (曾文星), & Y.K. Yeh (葉英堃) (Eds.), *Chinese societies and mental health* (pp.17-39). Hong Kong: Oxford University Press.

Yang, K.S. (楊國樞) (2003) Beyond Maslow's Culture-bound Linear Theory: A Preliminary Statement of the Double- Y Model of Basic Human Needs. Nebraska Symposium on Motivation, Vol. 49. *Cross-cultural differences in the perspectives on the self* (pp.175-255). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.



附錄一

指導語：請您想像一個忠於自我，即具有「真實自我」的人並回答下列問題。回答沒有對錯之分，依照您個人的想法作答即可。

一、請寫出你認為一個有真實自我的人應該是怎樣？請至少用5句話描述。



請翻至次頁，繼續作答。

二、請寫出你認為一個有真實自我的人在下列各方面會如何表現？請回答主要問題後，再針對各子問題作回答。

(1) 一個有真實自我的人了解自己嗎？(a)了解自己的優點嗎？(b)了解自己的缺點嗎？(c)清楚自己行為背後的動機嗎？

(2) 當一個有真實自我的人察覺到自己的優點、缺點時，會如何反應呢？(a)是會接受還是會逃避呢？(b)當有人稱讚他時，會如何反應？(c)當有人批評他時，又會如何反應呢？

(3) 當一個有真實自我的人發現自己的價值觀或想法不被他人或是社會環境所接受時，會如何處理呢？(a)是否會將它表現出來呢？

(4) 一個有真實自我的人在陌生人面前，會如何表現自己？(a)如何呈現自己的優缺點？

(5) 一個有真實自我的人在親近他人面前，會如何表現自己？(a)如何呈現自己的優缺點？(b)會與在陌生人面前表現有差異嗎？為什麼？

三、你認為一個有真實自我的人在下列情況下會如何表現？請閱讀敘述句後圈選數字作答。

	有些 微正 確	相 當 正 確	非 常 正 確				
1. 一個有真實自我的人對自己 <u>優點</u> 的察覺和了解，正確的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
2. 一個有真實自我的人對自己 <u>缺點</u> 的察覺和了解，正確的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
3. 一個有真實自我的人受到 <u>讚美</u> 時，會認為這些讚美正確的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
4. 一個有真實自我的人能被親近他人正確地認識的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
	有些 微了 解	相 當 了 解	非 常 了 解				
5. 一個有真實自我的人對自己的感受，了解的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
6. 一個有真實自我的人對於自己行為背後的動機和原因，了解的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
7. 一個有真實自我的人對於自己最深層的想法和感受，了解的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
8. 一個有真實自我的人對自己人生中希望達成的事情，了解的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
9. 對有真實自我的人而言，甚麼對自己是重要的，感到了解的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
	有些 微重 要	相 當 重 要	非 常 重 要				
10. 了解親近他人的需要和渴望，對一個有真實自我的人的重要程度為？	1	2	3	4	5	6	7
11. 真正的自己是否被親近他人所了解，對一個有真實自我的人重要程度為？	1	2	3	4	5	6	7
12. 一個有真實自我的人認為坦誠和誠實，在親密關係中的重要程度為？	1	2	3	4	5	6	7
13. 一個有真實自我的人受到親近他人 <u>批評</u> 時，會認為這些批評重要的程度為？	1	2	3	4	5	6	7
	可 能 性 極 低	可 能 性 中 等	可 能 性 極 高				

-
14. 當有真實自我的人的親近他人與他意見不合時，他會主動而建設性地解決此議題的可能性為？ 1 2 3 4 5 6 7
15. 一個有真實自我的人因不想使他人失望，而做出違背自己意願的事的可能性為？ 1 2 3 4 5 6 7
16. 當有真實自我的人與其親近他人的意見不合時，他忽略此議題的可能性為？ 1 2 3 4 5 6 7
-

四、你認為一個有真實自我的人在下列情況下會如何表現？請閱讀過敘述句後圈選數字作答。

1. 一個有真實自我的人對於了解真正的自己，積極的程度為？
有些微積極 1 2 3 4 5 6 7 非常積極
2. 一個有真實自我的人客觀看待自己的缺點時，心裡感到不舒服的程度為？
有些微不舒服的 1 2 3 4 5 6 7 非常不舒服的
3. 一個有真實自我的人假裝成其他的樣子，而非原本的自己的容易程度為？
有些微容易 1 2 3 4 5 6 7 非常容易
4. 一個有真實自我的人若要用批判性的角度評價自己，感到困難的程度為？
有些微困難的 1 2 3 4 5 6 7 非常困難的
5. 當一個有真實自我的人他的價值觀不被他人接受時，表現出的行為與價值觀一致的程度為？
有些微一致 1 2 3 4 5 6 7 非常一致
6. 一個有真實自我的人希望自己的缺點被親近他人了解的程度為？
有些微希望 1 2 3 4 5 6 7 非常希望
7. 一個有真實自我的人他平日行為能代表自己個人的需求、欲望的程度為？
有些微能代表 1 2 3 4 5 6 7 非常能代表
8. 一個有真實自我的人希望自己的優點被親近他人了解的程度為？
有些微希望 1 2 3 4 5 6 7 非常希望
9. 一個有真實自我的人將親近他人理想化的程度為？
有些微理想化 1 2 3 4 5 6 7 非常理想化
10. 一個有真實自我的人，他平日行為能反映自己真正的價值觀的程度為？
有些微能反映 1 2 3 4 5 6 7 非常能反映

11. 一個有真實自我的人能客觀看待親近他人的程度為？

有些微客觀 1 2 3 4 5 6 7 非常客觀

12. 當一個有真實自我的人的內在被他親近他人了解時，親近他人會感到訝異的程度為？

有些微訝異 1 2 3 4 5 6 7 非常訝異

13. 一個有真實自我的人表現真正的自己的容易程度為？

有些微容易 1 2 3 4 5 6 7 非常容易

14. 當一個有真實自我的人表現的自己並非真實的自我時，他自己察覺的程度為？

稍微察覺 1 2 3 4 5 6 7 完全察覺

15. 對於有真實自我的人而言，何者對自己重要何者不重要，可以區辨的程度為？

稍微可以區辨 1 2 3 4 5 6 7 完全可以區辨

16. 一個有真實自我的人對自己個人的失誤，難以接受的程度為？

稍微難接受的 1 2 3 4 5 6 7 完全難接受的

17. 一個有真實自我的人對自己最黑暗的思想和感受，傾向忽略的程度為？

稍微忽略的 1 2 3 4 5 6 7 完全忽略的

18. 一個有真實自我的人批判自己的程度為？

稍微批判自己 1 2 3 4 5 6 7 完全批判自己

19. 一個有真實自我的人對於自己的成就或完成的事物，能夠坦然接受或有良好感受的程度為？

稍微坦然接受 1 2 3 4 5 6 7 完全坦然接受

20. 一個有真實自我的人對於跟自己有關的不愉快的感受，傾向抹滅或遺忘的程度為？

稍微抹滅的 1 2 3 4 5 6 7 完全抹滅的

21. 一個有真實自我的人肯為報酬而改變自己的程度為？

稍微願意 1 2 3 4 5 6 7 完全願意

22. 一個有真實自我的人希望真實的自己被親近他人所了解的意願為？

稍微願意 1 2 3 4 5 6 7 完全願意

23. 一個有真實自我的人會為對自己不重要，但對他人很重要的目標，投入的心力為？

稍微投入 1 2 3 4 5 6 7 完全投入

24. 當有人指出他的缺點時，一個有真實自我的人會嘗試將它抹滅或遺忘的程度為？
稍微抹滅的 1 2 3 4 5 6 7 完全抹滅的
25. 一個有真實自我的人在知道可能帶來負向結果，但仍會表達自己真實的信仰的程度為？
稍微表達 1 2 3 4 5 6 7 完全表達
26. 一個有真實自我的人對親近他人表達關切的程度為？
稍微表達 1 2 3 4 5 6 7 完全表達
27. 一個有真實自我的人做自己不是真正喜歡的事情時，會假裝很享受的程度為？
稍微假裝很享受 1 2 3 4 5 6 7 完全假裝很享受
28. 一個有真實自我的人以點頭或沉默來表示同意他人言論，實際上並不同意。發生的頻率為？
幾乎不發生 1 2 3 4 5 6 7 非常經常發生
29. 一個有真實自我的人在面對他人時，去戴上假面具的頻率為？
幾乎不發生 1 2 3 4 5 6 7 非常經常發生

五、你認為一個有真實自我的人在下列情況下會如何表現？請閱讀敘述句後圈選數字作答。

	非常不同意	相當不同意	些微不同意	沒意見	些微同意	相當同意	非常同意
(1) 有真實自我的人在日常生活中，兼顧道德與才能的培養。	1	2	3	4	5	6	7
(2) 有真實自我的人對於見利忘義的人，深惡痛絕。	1	2	3	4	5	6	7
(3) 有真實自我的人認為內心之德與外表之禮配合如一，是人生的重要境界。	1	2	3	4	5	6	7
(4) 有真實自我的人言出必行，說到做到。	1	2	3	4	5	6	7
(5) 有真實自我的人為了達成一項有意義的使命，即使犧牲個人利益也願意。	1	2	3	4	5	6	7
(6) 有真實自我的人堅持自己的原則，但仍會視對象和情境而有所調整。	1	2	3	4	5	6	7
(7) 有真實自我的人言行一致，不會說一套做一套。	1	2	3	4	5	6	7
(8) 有真實自我的人受到指責時，不會立刻替自己找理由脫罪，而是先檢討自己。	1	2	3	4	5	6	7
(9) 有真實自我的人對那些大言不慚，言過其實的人，會敬而遠之。	1	2	3	4	5	6	7
(10) 有真實自我的人不喜歡那些掩飾自己錯誤的人。	1	2	3	4	5	6	7
(11) 有真實自我的人也許不贊同某些人的行為，但依然可以接受他們。	1	2	3	4	5	6	7
(12) 有真實自我的人內心時常有一股不斷想自我改進的力量。	1	2	3	4	5	6	7
(13) 有真實自我的人面臨道義與個人利益的衝突，寧願選擇前者。	1	2	3	4	5	6	7
(14) 有真實自我的人不論在親人或是陌生人面前表現都一致。	1	2	3	4	5	6	7
(15) 有真實自我的人在表達自己想法的同時，也顧及聽者的感受。	1	2	3	4	5	6	7

(16) 有真實自我的人與他人互動是出自真心，而非有利可圖。	1	2	3	4	5	6	7
(17) 有真實自我的人即使在陌生人面前也勇於表達真實的自己。	1	2	3	4	5	6	7
(18) 有真實自我的人不會有自私自利的想法與行為。	1	2	3	4	5	6	7
(19) 有真實自我的人即使不贊同別人的意見，還是會與對方和睦相處。	1	2	3	4	5	6	7
(20) 有真實自我的人不會為了某種利益，而去跟他人套交情。	1	2	3	4	5	6	7



附錄二

各因素包含題組之平均數(N=76)

		平均數	標準差
察覺	分辨何者非真實的自己	5.63	.91
	了解自己	6.73	1.16
	了解什麼對自己重要	5.93	1.04
客觀處理	負面訊息接受度	3.98	1.35
	正面訊息接受度	5.30	.92
	客觀看待負向訊息	4.26	1.18
行為	不隱藏或調整	4.04	1.67
	行為反映想法	5.43	.95
	不受他人影響	4.14	1.34
關係	彼此了解的意願與程度	5.31	.85



附錄三

單一樣本 t 檢定摘要表 (檢定值=4)

	自由度	平均數	標準差	t
分辨何者非真實的自己	75	5.63	.91	15.56***
了解自己	75	6.73	1.16	20.507***
了解什麼對自己重要	75	5.93	1.04	16.259***
負面訊息接受度	75	3.98	1.35	-0.102
正面訊息接受度	75	5.30	.92	12.319***
客觀看待負向訊息	75	4.26	1.18	1.893
不隱藏或調整	75	4.04	1.67	0.193
行為反映想法	75	5.43	.95	13.224***
不受他人影響	75	4.14	1.34	0.902
彼此了解的意願與程度	75	5.31	.85	13.520***

註：***表示 $p < .001$

附錄四

成對樣本 t 檢定摘要表

	自由度	平均數	標準差	t
負面訊息接受度 - 正面訊息接受度	75	-1.31	1.71	-6.694***
不隱藏或改變 - 行 為反映想法	75	-1.40	1.84	-6.612***
他人影響-行為反 映真實想法	75	-1.30	1.64	-6.877***

註：***表示 $p < .001$



附錄五

自編量表平均數	
題目	平均
有真實自我的人內心時常有一股不斷想自我改進的力量	5.33
有真實自我的人受到指責時，不會立刻替自己找理由脫罪，而是先檢討自己	5.51
有真實自我的人在日常生活中，兼顧道德與才能的培養	5.97
有真實自我的人認為內心之德與外表之禮配合如一，是人生的重要境界	5.62
有真實自我的人言行一致，不會說一套做一套	5.54
有真實自我的人言出必行，說到做到	5.64
有真實自我的人對於見利忘義的人，深惡痛絕	5.20
有真實自我的人對那些大言不慚，言過其實的人，會敬而遠之	5.47
有真實自我的人不喜歡那些掩飾自己錯誤的人	5.30
有真實自我的人即使不贊同別人的意見，還是會與對方和睦相處	5.29
有真實自我的人也許不贊同某些人的行為，但依然可以接受他們	4.80
有真實自我的人為了達成一項有意義的使命，即使犧牲個人利益也願意	5.08
有真實自我的人面臨道義與個人利益的衝突，寧願選擇前者	4.96
有真實自我的人在表達自己想法的同時，也顧及聽者的感受	5.24
有真實自我的人不會有自私自利的想法與行為	3.47
有真實自我的人堅持自己的原則，但仍會視對象和情境而有所調整	5.74
有真實自我的人不論在親人或是陌生人面前表現都一致	4.43
有真實自我的人即使在陌生人面前也勇於表達真實的自己	5.18
有真實自我的人不會為了某種利益，而去跟他人套交情	5.51
有真實自我的人與他人互動是出自真心，而非有利可圖	5.03

附錄六

特質與道德相關程度

正面	負面
公正的(5.57)	奸詐狡猾的(5.51)
負責任的(5.47)	不誠實的(5.56)
光明磊落的(5.93)	不守法的(5.81)
正直的(5.96)	投機取巧的(5.23)
不占人便宜的(5.21)	邪惡的(5.27)



附錄七

自我建構量表

二、請評估你對下列敘述句的同意程度，並圈選數字作答。

	非 常 不 同 意	相 當 不 同 意	些 微 不 同 意	沒 意 見	些 微 同 意	相 當 同 意	非 常 同 意
(1) 當面臨重要的個人抉擇時，我會問問我自己，什麼是我真正最想做。	1	2	3	4	5	6	7
(2) 在學校的我和家裡的我沒有甚麼兩樣。	1	2	3	4	5	6	7
(3) 我的快樂是建立在我周遭的人也快樂的基礎上。	1	2	3	4	5	6	7
(4) 在許多方面，我喜歡有自己的特色並且與眾不同。	1	2	3	4	5	6	7
(5) 我寧願直接說「不」，也不願冒著被別人誤解我真正意思的危險。	1	2	3	4	5	6	7
(6) 在作教育和生涯規劃時，我應該將父母的建議與忠告納入考慮。	1	2	3	4	5	6	7
(7) 在初次見面之後，我很快就可以自然稱呼對方的名字，即使對方年紀比我大很多。	1	2	3	4	5	6	7
(8) 對我而言，和屬於同一團體的人維持和諧的關係是很重要的。	1	2	3	4	5	6	7
(9) 為了我所屬團體的福祉，我可以犧牲自己的利益。	1	2	3	4	5	6	7
(10) 即使我在我的團體中並不快樂，但如果他們需要我，我還是會留下來。	1	2	3	4	5	6	7
(11) 當面臨重要的個人抉擇時，我會問問我的家人和親戚。	1	2	3	4	5	6	7
(12) 即使我相當不贊同團體中其他成員的看法，我也會避免爭執。	1	2	3	4	5	6	7
(13) 我願意教育我的孩子去認識他們自己，並發展其潛能成為一個獨特的個體。	1	2	3	4	5	6	7
(14) 在公車上，我會讓座給我的師長。	1	2	3	4	5	6	7
(15) 對我而言，擁有豐富的想像力是重要的。	1	2	3	4	5	6	7
(16) 不論和誰相處，我都表現相同的樣子。	1	2	3	4	5	6	7
(17) 最能夠讓我滿足的活動就是為我自己做一些事。	1	2	3	4	5	6	7
(18) 對我而言，能夠擁有獨立於他人的自我認同(成為一個獨立於他人的個體)，是非常重要的。	1	2	3	4	5	6	7
(19) 和剛認識的人相處時，我喜歡直來直往。	1	2	3	4	5	6	7
(20) 在課堂上直接說出自己的看法，對我而言不是個問題。	1	2	3	4	5	6	7
(21) 我常常覺得，我和他人的關係比我自己的成就還重要。	1	2	3	4	5	6	7
(22) 對我而言，尊重團體所做的決策(定)是很重要的。	1	2	3	4	5	6	7
(23) 在一群人中，只有我一個人受到稱讚或獎勵時，我不會覺得警扭。	1	2	3	4	5	6	7
(24) 如果我的兄弟或姊妹在某件事上失敗了，我覺得我也有責任。	1	2	3	4	5	6	7

附錄八

華人真實自我量表

三、請評估你對下列敘述句的同意程度，並圈選數字作答。

	非 常 不 同 意	相 當 不 同 意	些 微 不 同 意	沒 意 見	些 微 同 意	相 當 同 意	非 常 同 意
(1) 我與他人互動是出自真心，而非有利可圖。	1	2	3	4	5	6	7
(2) 我也許不贊同某些人的行為，但依然可以接受他們。	1	2	3	4	5	6	7
(3) 我在表達自己想法的同時，也顧及聽者的感受。	1	2	3	4	5	6	7
(4) 我不論在親人或是陌生人面前表現都一致。	1	2	3	4	5	6	7
(5) 我即使不贊同別人的意見，還是會與對方和睦相處。	1	2	3	4	5	6	7
(6) 我堅持自己的原則，但仍會視對象和情境而有所調整。	1	2	3	4	5	6	7
(7) 我即使在陌生人面前也勇於表達真實的自己。	1	2	3	4	5	6	7
(8) 我不會有自私自利的想法與行為。	1	2	3	4	5	6	7
(9) 我不會為了某種利益，而去跟他人套交情。	1	2	3	4	5	6	7
(10) 我言行一致，不會說一套做一套。	1	2	3	4	5	6	7

附錄九

真實自我量表

一、請評估你對下列敘述句的同意程度，並圈選數字作答。

	非常不同意	相當不同意	些微不同意	沒意見	些微同意	相當同意	非常同意
(1) 我經常假裝我對某事物樂在其中，但實際上我並非如此。	1	2	3	4	5	6	7
(2) 我希望親近的人了解我的優點。	1	2	3	4	5	6	7
(3) 當我必須客觀地了解自己的缺點時，我感到很不舒服。	1	2	3	4	5	6	7
(4) 我經常以點頭或沉默來表示同意他人的言論或立場，即使我實際上並不同意。	1	2	3	4	5	6	7
(5) 如果報酬足夠吸引人的話，我願意為了他人改變自己。	1	2	3	4	5	6	7
(6) 我發現假裝成其他樣子比展現真正的自己容易。	1	2	3	4	5	6	7
(7) 我希望親近的人了解我的缺點。	1	2	3	4	5	6	7
(8) 我發現我很難用批判性的角度來評價自己。	1	2	3	4	5	6	7
(9) 我特別留意要對親近的人表達我有多在乎他。	1	2	3	4	5	6	7
(10) 我難以接受自己的缺失，所以我會試著用較正向的方式來呈現它們。	1	2	3	4	5	6	7
(11) 我傾向將親近的人理想化，而非客觀地看待他們真正的樣子。	1	2	3	4	5	6	7
(12) 我的親近的人能正確地描述我是怎樣的人。	1	2	3	4	5	6	7
(13) 我傾向忽略我內在最黑暗的想法和感受。	1	2	3	4	5	6	7
(14) 當親近的人發覺我的內在時，他們會感到訝異和受到衝擊。	1	2	3	4	5	6	7
(15) 了解親近的人的需要和渴望，對我很重要。	1	2	3	4	5	6	7
(16) 我希望親近的人了解的是真實的我，而非我在公眾前的形象。	1	2	3	4	5	6	7
(17) 即使自己的價值觀受到批評或不被接受時，我仍試著表現出與自己價值觀一致的態度及行為。	1	2	3	4	5	6	7
(18) 當親近的人與我意見不一致時，我寧可不管這件事情也不願主動處理。	1	2	3	4	5	6	7
(19) 我經常做出違背自己意願的事，只因為不想讓他人失望。	1	2	3	4	5	6	7
(20) 我平日的行為能展現出我的價值觀。	1	2	3	4	5	6	7

	非 常 不 同 意	相 當 不 同 意	些 微 不 同 意	沒 意 見	些 微 同 意	相 當 同 意	非 常 同 意
(21) 我寧可對自己感覺良好，也不願客觀的評價自己的缺點。	1	2	3	4	5	6	7
(22) 我平日的行為能展現出我個人的需求及欲望。	1	2	3	4	5	6	7
(23) 我幾乎沒有在他人面前戴上假面具。	1	2	3	4	5	6	7
(24) 我投入許多心力在追求對自己不重要、但對別人很重要的目標。	1	2	3	4	5	6	7
(25) 我會抹去所有與自己有關的不愉快感受。	1	2	3	4	5	6	7
(26) 我常常發現我過度地挑剔自己。	1	2	3	4	5	6	7
(27) 我常常認為我所受到的讚美並不正確。	1	2	3	4	5	6	7
(28) 一般而言，我很重視親近的人是否了解真正的我。	1	2	3	4	5	6	7
(29) 我發現我很難對於自己的成就或完成的事情，坦然接受或感覺良好。	1	2	3	4	5	6	7
(30) 當有人指出我的其中一個缺點時，我立即試著將它從心裡抹去然後遺忘。	1	2	3	4	5	6	7
(31) 不論我們處於何種情境，親近的人可以相信我是不會變的。	1	2	3	4	5	6	7
(32) 在親密關係中，我的坦誠和誠實對我來說相當重要。	1	2	3	4	5	6	7
(33) 我願意忍受表達自己真實的信念後所帶來的負向結果	1	2	3	4	5	6	7

附錄十

自尊量表

二、請評估你對下列敘述句的同意程度，並圈選數字作答。

	非常 不同 意	相 當 不 同 意	些 微 不 同 意	沒 意 見	些 微 同 意	相 當 同 意	非 常 同 意
(1) 整體而言我對自己感到滿意。	1	2	3	4	5	6	7
(2) 有時我覺得自己一點可取之處也沒有。	1	2	3	4	5	6	7
(3) 我覺得自己有許多良好的特質。	1	2	3	4	5	6	7
(4) 我可以把事情做得如同大多數人一樣好。	1	2	3	4	5	6	7
(5) 我覺得自己沒有甚麼值得驕傲的地方。	1	2	3	4	5	6	7
(6) 我有時候覺得自己一無是處。	1	2	3	4	5	6	7
(7) 我覺得自己是個有價值的人，至少和別人差不多。	1	2	3	4	5	6	7
(8) 我希望能夠更看重自己一些。	1	2	3	4	5	6	7
(9) 我傾向於覺得自己是個完全的失敗者。	1	2	3	4	5	6	7
(10) 我對自己抱持著正向的態度。	1	2	3	4	5	6	7

附錄十一

專心程度測量作業

現在進入本實驗的第一部份，請你仔細閱讀以下的文章，並且用最快的速度將文章中所出現的『我們』圈選出來。

今天我們出發去花蓮玩，原本來回都是要搭太魯閣號的，但是因為我們早上行程有點延遲，導致早上的火車沒有趕上。雖然換搭了12點的車，但仍不減我們出遊的興致，到了花蓮就馬上租了車朝民宿前進。「峇里情人」是這次我們民宿的名稱，從裡到外的風格(包含房間)都展現出峇里島的風情，房間內的裝飾很精緻，床鋪更是浪漫唯美至極，讓我們一進房間放妥行李後便停不下手中的快門，直到下去享用住宿卷送的下午茶為止。下午茶的份量不少，除了有飲料、蛋糕、水果外還有2個小泡芙，我們悠閒地搭配著窗外的風景享用，真的是十分愜意、放鬆。隔天早上我們特別起了個大早申請進入「慕谷慕魚」，還好如願申請到了，不枉費我們辛苦早起。進入慕谷慕魚後，山谷中的溪水呈現土耳其藍色，還帶著微微的漸層，簡直就像藍寶石一般。我們忍不住將腳伸進去泡一泡，真是清涼無比，水中的小魚甚至還跑來啃我們的腳趾，十分新鮮有趣。山谷中更是許多蝴蝶的棲息地，隨處可見黑色的蝴蝶翩翩飛舞，更添幾分清幽雅致之情。我們徜徉在大自然的美景中，自在的談天說笑。我們享受芬多精的洗禮和蟬鳴蛙鼓組成的天然交響曲，忘卻了時光的流逝。我們拋開了一切喧囂煩憂，靜靜地享受著這一刻的美好。

接下來，再請同學利用『我們是……』為開頭並且以你周遭的人事物造五個句子，再次的確認各位同學在實驗過程中的專心程度。



附錄十二

專心程度測量作業

現在進入本實驗的第一部份，請你仔細閱讀以下的文章，並且用最快的速度將文章中所出現的『我』圈選出來。

今天我出發去花蓮玩，原本來回都是要搭太魯閣號的，但是因為我早上行程有點延遲，導致早上的火車沒有趕上。雖然換搭了 12 點的車，但仍不減我出遊的興致，到了花蓮就馬上租了車朝民宿前進。「峇里情人」是這次我民宿的名稱，從裡到外的風格(包含房間)都展現出峇里島的風情，房間內的裝飾很精緻，床鋪更是浪漫唯美至極，讓我一進房間放妥行李後便停不下手中的快門，直到下去享用住宿卷送的下午茶為止。下午茶的份量不少，除了有飲料、蛋糕、水果外還有 2 個小泡芙，我悠閒地搭配著窗外的風景享用，真的是十分愜意、放鬆。隔天早上我特別起了個大早申請進入「慕谷慕魚」，還好如願申請到了，不枉費我辛苦早起。進入慕谷慕魚後，山谷中的溪水呈現土耳其藍色，還帶著微微的漸層，簡直就像藍寶石一般。我忍不住將腳伸進去泡一泡，真是清涼無比，水中的小魚甚至還跑來啃我的腳趾，十分新鮮有趣。山谷中更是許多蝴蝶的棲息地，隨處可見黑色的蝴蝶翩翩飛舞，更添幾分清幽雅致之情。我徜徉在大自然的美景中，自在的談天說笑。我享受芬多精的洗禮和蟬鳴蛙鼓組成的天然交響曲，忘卻了時光的流逝。我拋開了一切喧囂煩憂，靜靜地享受著這一刻的美好。

接下來再請同學利用『我是……』為開頭造句，以五個句子形容你自己，再次的確認

各位同學在實驗過程中的專心程度。



附錄十三

自編腳本〈低親密低接受組〉

此為實驗的第二部份，請閱讀情境故事後，回答下列問題並圈選數字作答。

小銘與小華是大學同學。每周會固定在必修課上相遇，但話題僅止於課程內容或是一些公事。兩人平日除了在同學舉辦的聚會有機會碰面外，私下互動並不多，也不太會過問彼此的私事。整體而言，兩人並無私交，互動過程是禮貌且順暢的。某日分組報告後，小華對小銘說：「我這次和你一起報告，我覺得你是滿公正的人。」小銘聽了之後，心裡不太接受小華的看法。

- (1) 根據上述的敘述，你認為小銘不太接受這樣的看法，他坦白的程度為何？
非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的
- (2) 根據上述的敘述，你認為小銘不太接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？
非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

小靖與小宣是在咖啡店打工認識的朋友。每周會固定在工作地點相遇，但兩人話題僅止於工作上的事。兩人平常除了在同事舉辦的聚會有機會碰面外，私下互動不多，也不會過問彼此的私事。在對方臨時請假時，偶爾幫他代班。整體而言，雙方互動過程很平淡。某日辦完促銷活動後，小宣對小靖說：「我這段時間和你共事，我覺得你滿投機取巧的。」小靖聽了之後，心裡不太接

- (1) 根據上述的敘述，你認為小靖不太接受這樣的看法，他坦白的程度為何？
非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的
- (2) 根據上述的敘述，你認為小靖不太接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？
非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

附錄十三(續)

自編腳本<低親密高接受組>

此為實驗的第二部份，請閱讀情境故事後，回答下列問題並圈選數字作答。

小銘與小華是大學同學。每周會固定在必修課上相遇，但話題僅止於課程內容或是一些公事。兩人平日除了在同學舉辦的聚會有機會碰面外，私下互動並不多，也不太會過問彼此的私事。整體而言，兩人並無私交，互動過程是禮貌且順暢的。某日分組報告後，小華對小銘說：「我這次和你一起報告，我覺得你是滿公正的人。」小銘聽了之後，心裡蠻接受小華的看法。

- (1) 根據上述的敘述，你認為小銘接受這樣的看法，他坦白的程度為何？

非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的

- (2) 根據上述的敘述，你認為小銘接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？

非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

小靖與小宣是在咖啡店打工認識的朋友。每周會固定在工作地點相遇，但兩人話題僅止於工作上的事。兩人平常除了在同事舉辦的聚會有機會碰面外，私下互動不多，也不會過問彼此的私事。在對方臨時請假時，偶爾幫他代班。整體而言，雙方互動過程很平淡。某日辦完促銷活動後，小宣對小靖說：「我這段時間和你共事，我覺得你滿投機取巧的。」小靖聽了之後，心裡蠻接受

- (1) 根據上述的敘述，你認為小靖接受這樣的看法，他坦白的程度為何？

非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的

- (2) 根據上述的敘述，你認為小靖接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？

非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

附錄十三(續)

自編腳本〈高親密低接受組〉

此為實驗的第二部份，請閱讀情境故事後，回答下列問題並圈選數字作答。

小銘與小華是好朋友。每周會固定在必修課上相遇，且有許多共同的話題。兩人平常除了在同學舉辦的聚會有機會碰面外，私下也互動頻繁，時常吃飯閒聊，相約出遊或運動。整體而言，兩人互動過程是友好且順暢的。某日分組報告後，小華對小銘說：「我這次和你一起做報告，我覺得你是滿公正的人。」小銘聽了之後，心裡不太接受小華的看法。

- (1) 根據上述的敘述，你認為小銘不太接受這樣的看法，他坦白的程度為何？
非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的
- (2) 根據上述的敘述，你認為小銘不太接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？
非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

小靖與小宣是在咖啡店打工認識的好朋友。每周會固定在工作地點相遇，且兩人有許多共同的興趣和嗜好。兩人平常除了在同事舉辦的聚會有機會碰面外，私下也互動頻繁，時常聊天。在對方臨時請假時，也常會幫他代班。整體而言，對彼此都滿了解的。某日辦完促銷活動後，小宣對小靖說：「我這段時間和你共事，我覺得你滿投機取巧的。」小靖聽了之後，心裡不太接受小宣的看法。

- (1) 根據上述的敘述，你認為小靖不太接受這樣的看法，他坦白的程度為何？
非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的
- (2) 根據上述的敘述，你認為小靖不太接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？
非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

附錄十三(續)

自編腳本〈高親密高接受組〉

此為實驗的第二部份，請閱讀情境故事後，回答下列問題並圈選數字作答。

小銘與小華是好朋友。每周會固定在必修課上相遇，且有許多共同的話題。兩人平常除了在同學舉辦的聚會有機會碰面外，私下也互動頻繁，時常吃飯閒聊，相約出遊或運動。整體而言，兩人互動過程是友好且順暢的。某日分組報告後，小華對小銘說：「我這次和你一起做報告，我覺得你是滿公正的人。」小銘聽了之後，心裡蠻接受小華的看法。

- (1) 根據上述的敘述，你認為小銘接受這樣的看法，他坦白的程度為何？
非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的
- (2) 根據上述的敘述，你認為小銘接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？
非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

小靖與小宣是在咖啡店打工認識的好朋友。每周會固定在工作地點相遇，且兩人有許多共同的興趣和嗜好。兩人平常除了在同事舉辦的聚會有機會碰面外，私下也互動頻繁，時常聊天。在對方臨時請假時，也常會幫他代班。整體而言，對彼此都滿了解的。某日辦完促銷活動後，小宣對小靖說：「我這段時間和你共事，我覺得你滿投機取巧的。」小靖聽了之後，心裡蠻接受小宣的看法。

- (1) 根據上述的敘述，你認為小靖接受這樣的看法，他坦白的程度為何？
非常不坦白的 1 2 3 4 5 6 7 非常坦白的
- (2) 根據上述的敘述，你認為小靖接受這樣的看法，他虛偽的程度為何？
非常不虛偽的 1 2 3 4 5 6 7 非常虛偽的

附錄十四

檔案資料〈低親密低調整組〉

100 學年度 「文化創意個案研究」期末報告

- 期末報告內容：佔總成績 50%，請選擇台灣某一縣市做為期末報告的主題，

為其設計創意行銷方案。

- 報告方式：

(1) 分組口頭報告 25%：兩人一組，以組為單位進行口頭報告，形式不拘。

(2) 個人書面報告 25%：另需繳交一份個人報告。

腦力激盪

寫下你自己的想法和意見，再與組員討論，共同決定一個地點。

1. 我的名字：陳思杰
2. 我的夥伴：郭文洋
3. 組別：第二組
4. 請寫下自己最能發揮的三個地點和最無法發揮的三個地點(1 為程度最強，2 次之，依此類推)，並寫下理由：

最可發揮 1. 台北 2. 嘉義 3. 南投

最無法發揮 1. 高雄 2. 桃園 3. 彰化

我生長在台北，對台北有很深的情感，也很了解台北的魅力與獨特之處。如果選擇這裡的話應該能設計出很打動人心的行銷方案，獲得高分。我在這堂課上也投入很多心力，從不缺席，在課後還閱讀很多相關的書籍、資料。我非常希望期末報告能拿高分，因此我想選台北。

5. 最後兩人所選擇的題目為：南投

課程回饋單

系級：新聞一

姓名：陳思杰

為了兼顧課程的深度與廣度，請同學利用幾分鐘的時間填寫回饋單，以了解課程設計、單元安排、及討論的形式是否需要改進，謝謝！

1.	本學期國內外案例介紹有助於你對文化創意產業的認識。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
2.	你認為本學期的課程設計讓你對文化創意產業有更多了解。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
3.	你對這種經過討論之後決定報告題目的方式感到滿意。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
4.	最後決定的地點，是否是你心中最佳的選擇？ <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
5.	在最終決定地點時，你改變自己原先想法的程度為何？ 低 1 2 3 4 5 6 7 高
6.	同組的夥伴與你的關係是？ <input checked="" type="checkbox"/> 最近才認識 <input type="checkbox"/> 認識而稍有交情的朋友 <input type="checkbox"/> 交情很好的朋友
7.	同組的夥伴與你的親近程度為何？ 非常不親近的 1 2 3 4 5 6 7 非常親近的
8.	其它建議與想法： _____ _____ _____

100 學年度 「文化創意個案研究」期末報告

■ 期末報告內容：佔總成績 **50%**，請選擇**台灣某一縣市**做為期末報告的主題，
為其設計創意行銷方案。

■ 報告方式：

- (1) 分組口頭報告 **25%**：兩人一組，以組為單位進行口頭報告，形式不拘。
- (2) 個人書面報告 **25%**：另需繳交一份個人報告。

腦力激盪

寫下你自己的想法和意見，再與組員討論，共同決定一個地點。

1. 我的名字：陳思杰
2. 我的夥伴：郭文洋
3. 組別：第二組
4. 請寫下自己最能發揮的三個地點和最無法發揮的三個地點(1 為程度最強，2 次之，依此類推)，並寫下理由：

最可發揮 1. 台北 2. 嘉義 3. 南投

最無法發揮 1. 高雄 2. 桃園 3. 彰化

我生長在台北，對台北有很深的情感，也很了解台北的魅力與獨特之處。如果選擇這裡的話應該能設計出很打動人心的行銷方案，獲得高分。我在這堂課上也投入很多心力，從不缺席，在課後還閱讀很多相關的書籍、資料。我非常希望期末報告能拿高分，因此我想選台北。

5. 最後兩人所選擇的題目為：桃園

課程回饋單

系級：新聞一

姓名：陳思杰

為了兼顧課程的深度與廣度，請同學利用幾分鐘的時間填寫回饋單，以了解課程設計、單元安排、及討論的形式是否需要改進，謝謝！

1.	本學期國內外案例介紹有助於你對文化創意產業的認識。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
2.	你認為本學期的課程設計讓你對文化創意產業有更多了解。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
3.	你對這種經過討論之後決定報告題目的方式感到滿意。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
4.	最後決定的地點，是否是你心中最佳的選擇？ <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
5.	在最終決定地點時，你改變自己原先想法的程度為何？ 低 1 2 3 4 5 6 7 高
6.	同組的夥伴與你的關係是？ <input checked="" type="checkbox"/> 最近才認識 <input type="checkbox"/> 認識而稍有交情的朋友 <input type="checkbox"/> 交情很好的朋友
7.	同組的夥伴與你的親近程度為何？ 非常不親近的 1 2 3 4 5 6 7 非常親近的
8.	其它建議與想法： _____ _____ _____

100 學年度 「文化創意個案研究」期末報告

■ 期末報告內容：佔總成績 **50%**，請選擇**台灣某一縣市**做為期末報告的主題，
為其設計創意行銷方案。

■ 報告方式：

- (1) 分組口頭報告 **25%**：兩人一組，以組為單位進行口頭報告，形式不拘。
- (2) 個人書面報告 **25%**：另需繳交一份個人報告。

腦力激盪

寫下你自己的想法和意見，再與組員討論，共同決定一個地點。

1. 我的名字：陳思杰
2. 我的夥伴：郭文洋
3. 組別：第二組
4. 請寫下自己最能發揮的三個地點和最無法發揮的三個地點(1 為程度最強，2 次之，依此類推)，並寫下理由：

最可發揮 1. 台北 2. 嘉義 3. 南投

最無法發揮 1. 高雄 2. 桃園 3. 彰化

我生長在台北，對台北有很深的情感，也很了解台北的魅力與獨特之處。如果選擇這裡的話應該能設計出很打動人心的行銷方案，獲得高分。我在這堂課上也投入很多心力，從不缺席，在課後還閱讀很多相關的書籍、資料。我非常希望期末報告能拿高分，因此我想選台北。

5. 最後兩人所選擇的題目為：南投

課程回饋單

系級：新聞一

姓名：陳思杰

為了兼顧課程的深度與廣度，請同學利用幾分鐘的時間填寫回饋單，以了解課程設計、單元安排、及討論的形式是否需要改進，謝謝！

1.	本學期國內外案例介紹有助於你對文化創意產業的認識。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
2.	你認為本學期的課程設計讓你對文化創意產業有更多了解。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
3.	你對這種經過討論之後決定報告題目的方式感到滿意。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
4.	最後決定的地點，是否是你心中最佳的選擇？ <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
5.	在最終決定地點時，你改變自己原先想法的程度為何？ 低 1 2 3 4 5 6 7 高
6.	同組的夥伴與你的關係是？ <input type="checkbox"/> 最近才認識 <input type="checkbox"/> 認識而稍有交情的朋友 <input checked="" type="checkbox"/> 交情很好的朋友
7.	同組的夥伴與你的親近程度為何？ 非常不親近的 1 2 3 4 5 6 7 非常親近的
8.	其它建議與想法： _____ _____ _____

附錄十四(續)
檔案資料<高親密高調整>

100 學年度 「文化創意個案研究」 期末報告

■ 期末報告內容：佔總成績 50%，請選擇台灣某一縣市做為期末報告的主題，
為其設計創意行銷方案。

■ 報告方式：

(1) 分組口頭報告 25%：兩人一組，以組為單位進行口頭報告，形式不拘。

(2) 個人書面報告 25%：另需繳交一份個人報告。

腦力激盪

寫下你自己的想法和意見，再與組員討論，共同決定一個地點。

1. 我的名字：陳思杰
2. 我的夥伴：郭文洋
3. 組別：第二組
4. 請寫下自己最能發揮的三個地點和最無法發揮的三個地點(1 為程度最強，2 次之，依此類推)，並寫下理由：

最可發揮 1. 台北 2. 嘉義 3. 南投

最無法發揮 1. 高雄 2. 桃園 3. 彰化

我生長在台北，對台北有很深的情感，也很了解台北的魅力與獨特之處。如果選擇這裡的話應該能設計出很打動人心的行銷方案，獲得高分。我在這堂課上也投入很多心力，從不缺席，在課後還閱讀很多相關的書籍、資料。我非常希望期末報告能拿高分，因此我想選台北。

5. 最後兩人所選擇的題目為：桃園

課程回饋單

系級：新聞一

姓名：陳思杰

為了兼顧課程的深度與廣度，請同學利用幾分鐘的時間填寫回饋單，以了解課程設計、單元安排、及討論的形式是否需要改進，謝謝！

1.	本學期國內外案例介紹有助於你對文化創意產業的認識。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
2.	你認為本學期的課程設計讓你對文化創意產業有更多了解。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
3.	你對這種經過討論之後決定報告題目的方式感到滿意。 非常不同意的 1 2 3 4 5 6 7 非常同意的
4.	最後決定的地點，是否是你心中最佳的選擇？ <input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
5.	在最終決定地點時，你改變自己原先想法的程度為何？ 低 1 2 3 4 5 6 7 高
6.	同組的夥伴與你的關係是？ <input type="checkbox"/> 最近才認識 <input type="checkbox"/> 認識而稍有交情的朋友 <input checked="" type="checkbox"/> 交情很好的朋友
7.	同組的夥伴與你的親近程度為何？ 非常不親近的 1 2 3 4 5 6 7 非常親近的
8.	其它建議與想法： _____ _____ _____

