

第二章 文獻探討

第一節 新婚夫妻的婚姻調適

一、婚姻調適的定義

婚姻是家庭建立之開始，而夫妻關係更是家庭生活中重要的一環。相關研究對於婚姻調適此一主題的關注，源自於希望能夠了解婚姻成功及失敗的因素，以致於可以協助人們去維繫婚姻，在這樣的研究旨趣之下，1939年，Burgess 及 Cottrell 將「婚姻調適 (marital adjustment)」的概念，定義為「伴侶在婚姻中的整合，不僅是個性上的融合、同化，而是讓雙方在互動中滿足彼此的需求並達成共同的目標」(轉引自 Kamo, 1992)，然而，後續之婚姻調適相關研究，在不同的研究取向之下，對於婚姻調適此一概念的定義，仍未達成一致的看法。

Glenn (1990) 回顧了 1980 年至 1990 年的婚姻與家庭研究，指出婚姻品質之相關研究，有兩種主要的研究取向：一為「個人感覺學派」，視婚姻品質為已婚者對其婚姻之感受，以個人自陳的婚姻滿意度或快樂，作為婚姻品質的指標；另一種研究取向則為「調適學派」，視婚姻品質為雙方的關係特徵，並以包含不同關係特徵項目的測量，作為婚姻品質之指標，如：探討關係中的溝通與衝突情形，來了解個人的婚姻品質。

在「社會學百科全書」中，Kamo (1992) 也是採「調適學派」的研究取向來詮釋婚姻調適，並綜觀婚姻調適之相關研究，歸納婚姻調適的要素，主要包括：意見一致 (agreement)、凝聚 (cohesion)、滿意 (satisfaction)、情感 (affection)、以及緊張 (tension)，Kamo 指出：相關的研究多以前述不同的要素為主軸，進行婚姻調適之探究。各要素的內涵分別是指：

（一）意見一致

伴侶之間對於重要事項的意見一致，在調適良好的婚姻中是必要的，如生活哲學、政治傾向、性別角色態度等。當兩人的意見一致程度愈高，則其婚姻調適愈好。

（二）凝聚

婚姻凝聚指的是：伴侶對於婚姻的承諾及在婚姻中體驗的情誼，在調適良好的婚姻中，雙方會試圖去確保婚姻將會成功，並且分享相同的興趣及共同的活動。

（三）滿意

在調適良好的婚姻中，伴侶雙方對於婚姻會感到滿意及快樂，因此，不快樂但維持長久的婚姻，並不是調適良好的婚姻。

（四）情感

在調適良好婚姻中，伴侶會分享情感，並表現出充滿情感的行為。

（五）緊張

在調適良好的婚姻中，夫妻關係間的緊張及焦慮程度通常是很低的，即便是有緊張產生，也能透過討論等溫和的方式而減低。

當以「個人感覺學派」取向來探討婚姻調適的研究，多數是將婚姻調適定義為「個人對於婚姻的主觀滿意度」。國內的學者張思嘉（1999b）提出以靜態觀點來看婚姻調適，即與前述概念相近，從個人當下對於婚姻的評斷、滿意感受，來看個人在特定時間點的婚姻調適狀況；而以「調適學派」取向來探討婚姻調適的研究，則多將婚姻調適定義為「為了滿足彼此並達到共同目標，夫妻雙方在婚姻生活各個關係面向的調適」，則張思嘉（1999b）所提出的動態觀點之婚姻調適，與此一概念相近，並強調個人對於不同關係層面的看法、以及個人對於互動事件的處置，具體而言，可藉由了解婚姻中的發生事件、調適方式及個人感受，來了解個人的婚姻調適。

Spanier 於 1990 年提出婚姻品質的研究趨勢，指出：動態平衡的婚姻關係，將開始受到學者的關注。事實上，以各關係層面為議題所進行的婚姻研究，已使得研究焦點從個人滿意的層級轉移至雙人調適層級的探討，換言之，以「調適學派」取向來看婚姻調適此一概念，能夠較貼切、生動地描述婚姻關係，並呈現婚姻中的動態意涵，但相對地，具體測量的方法較為困難。

綜觀目前國內學者進行之婚姻調適研究，多採「調適學派」之取向，並關注於婚姻的調適情形，其中，少數研究是以新婚夫妻為對象，藉由深入訪談的質性資料蒐集方式，了解新婚夫妻婚姻調適之內涵與歷程（利翠珊，1995；陳靜宜，2001；張思嘉，1999a）。

婚姻調適之兩大研究取向，在婚姻調適的定義及研究方法上，有不同的側重，本研究之主要目的為：了解新婚夫妻的婚姻調適，故採婚姻調適的「調適學派」取向，將婚姻調適定義為「為了滿足彼此並達到共同目標，夫妻雙方在婚姻生活各個面向的調適」，因此，婚姻調適包含了許多不同面向的調適，若將婚姻視為一個長期的發展歷程，則從發展理論的觀點來看，在不同階段的調適重點會有所變化。

二、新婚夫妻婚姻調適的面向

婚姻中的調適，必須同時面對許多挑戰，其中，可能包括生活方式、家事處理、社交休閒、姻親關係、原生家庭互動、經濟分配、生育子女、生涯規劃、衝突適應、宗教信仰等方面的調適（陳靜宜，2001），研究調查顯示：新婚階段的婚姻關係較難以維持，是已婚者中的離婚高危險群（Quinn & Odell, 1998），可見得針對新婚階段來加以探討婚姻調適，是相當重要的。

從家庭發展理論（Duvall, 1957）的觀點來看，新婚階段的夫妻正處於家庭建立期，除了要建立夫妻間相互滿足的婚姻關係，還要學習

融入因婚姻關係所建立的親屬關係，並建立維持家庭運行的規則，新婚階段的家庭是所有關係及互動原則形成的開始。新婚夫妻正面臨許多新產生的個人及家庭發展任務，林如萍(2001)參考 Bryan 的說法，提出新婚階段的婚姻發展任務，主要包括十項，並將此十項任務歸納為「夫妻雙人關係的適應」、「家庭生活的調適」、「社會參與」等三大類，其中，「夫妻雙人關係的適應」是指：婚姻及家庭角色、個性、性生活、溝通方式的協商調適，「家庭生活的調適」則為：財務、家務分工及親屬關係方面的調適，至於「社會參與」則是指：職業生涯、社區活動等，各項任務之內涵，如表 2-1-1 所示。

表 2-1-1 新婚階段的婚姻發展任務

類別	發展任務	任務內容
夫妻雙人關係的適應	建立婚姻與家庭角色	夫妻雙方討論彼此對於婚姻及角色的期待，並就彼此的需求相互調整，協商家庭未來的重要計畫，如：生育子女的時間、數量等。
	提供配偶情感支持	學習付出及獲得愛和情感，給予配偶情感性支持，滿足個人彼此隸屬的需求。
	調適彼此的性	以欣賞、接受、包容或改變等態度來面對夫妻個別的習慣、偏好，如：不同的作息習慣、飲食偏好、金錢價值觀等。
	協商性別角色	依夫妻個別的個性、能力及喜好，來安排家中兩性的角色及工作，而非一成不變地依循傳統社會文化規範對男女性別角色的刻板印象。
	性生活的調適	學習如何透過性關係表達情感與愛意，達到相互取悅與滿足，並協商生育計畫。
	發展溝通技巧	學習彼此如何有效的溝通，建立溝通模式，藉由溝通彼此傳達情意、化解歧見。

* 資料來源：林如萍 (2001)。

(續)表 2-1-1 新婚階段的婚姻發展任務

類別	發展任務	任務內容
家庭生活 的調適	協調家庭與工作	夫妻共同商議如何安排家庭生活與職業生涯，並對家務工作達成分工協議。
	管理家庭收支等財務	學習記錄收支、編列預算，建立家庭財務目標，協商彼此對於金錢使用的原則。
	建立親屬關係	與親屬建立良好的互動關係，釐清與原生家庭適當的互動原則。
社會參與	參與社區活動	熟悉彼此的朋友，參與社區、團體（宗教、職業等團體）的活動，擴展人際網絡。

* 資料來源：林如萍（2001）。

若從相關實證研究之結果，來看新婚階段的婚姻調適，國內學者張思嘉（1999a）以二十對台北地區新婚夫妻為對象，進行質性訪談的研究，試圖了解新婚夫妻對於婚姻調適的觀點，以及其婚姻調適的問題來源，並探究新婚夫妻婚姻調適的歷程，所得之訪談資料，根據紮根理論的概念進行分析後發現，新婚期間婚姻調適的問題來源，主要可分為三部分：夫妻與原生家庭成員間的調適、夫妻之間的相互調適、以及家庭與工作的協調。

綜觀實證研究結果及家庭發展理論之觀點，並加以考量在本土文化脈絡中的婚姻關係，則新婚夫妻的婚姻調適，著重在「夫妻雙人關係」、「家庭運作原則」、以及「與原生家庭互動」此三個主要的調適面向，本研究所指之新婚夫妻的婚姻調適，即由此三個婚姻調適面向所構成，分別予以說明：

（一）夫妻雙人關係

「夫妻雙人關係」此一面向，所指的是：夫妻之間互動關係的調適，包括夫妻對於婚姻角色、彼此個性、生活習慣、性生活、情感互動及溝通衝突處理等方面的調適。新婚夫妻在進入婚姻之後，對於關係及角色的規範期望，難免會有所不同，要組織一個家庭並共同生活，需要彼此不斷地調適，以形成一種共享的雙人互動關係。以下就「情感互動」、「衝突溝通」加以分析：

1. 情感互動

受到西方思潮的影響，年輕一代的夫妻在走進婚姻的同時，也逐漸產生與配偶建立親密情感關係的期望（利翠珊，1997）。在婚姻關係中，良好的情感溝通是婚姻調適的基礎。從心理學的角度來看，婚姻中相互依存的情感連結，能使得個人在婚姻中獲得安全、幸福與滿足的感受。若進一步探討夫妻間的親密情感，可發現其包含了感激之情、欣賞之情、親近之情及契合之情，這四種親密之情會彼此相生相長，並隨時日的累積而變化，此外，溝通表達的有效程度，也會影響親近及契合之情的形成（利翠珊，1997）。

林松齡（1998）針對台中市已婚婦女，探討夫妻婚姻同質性與婚姻調適的關聯性，並透過夫妻價值共識及夫妻互相依賴程度等中介變項，來分析已婚婦女的婚姻調適情形。研究結果發現：夫妻互相依賴程度對於婚姻調適有正向的影響，若進一步分析問卷之題目，可以發現夫妻互相依賴程度，即以夫妻親密情感之表現為指標，從婚姻生活中的分享與支持，建立情感溝通的管道，也就是說，夫妻的情感溝通愈好，則婚姻調適情形愈佳。

Senchak & Leonard（1992）指出：夫妻互動的方式會在關係建立的初期形成模式，而個人的依附型態，則會影響其關係的品質及對於關係的信念，當兩人的依附型態皆為安全型時，則較能發展出親密

分享及互相依賴的關係，而個人愈能夠在關係中自我揭露、信任伴侶，並從互動中感受到情感，則親密情感關係的發展愈好。而親密情感的形成來自於個人的付出及共同的生活經驗（利翠珊，1997），夫妻必須藉由建立共同的生活事件以產生彼此的關聯，藉以促進親密情感之培養、增進情感的互動。

2.衝突溝通

學者 Cohan & Bradbury (1997) 發現：當負面事件發生時，問題解決行為會影響個人的情緒（例如：抑鬱症狀）及婚姻調適。在婚姻生活的互動過程中，當彼此有所意見不同、產生衝突、或是發生負面生活事件時，衝突解決的方式影響著新婚夫妻的婚姻調適，若夫妻具有較好的的衝突解決方式，將有助其婚姻的調適，甚至是婚姻關係的穩定維持。

（二）家庭運作原則

「家庭運作原則」此一面向是指：在每日生活中，能夠維持家庭功能運作的調適，包括：家庭財務的處理、家務分工、以及工作與休閒生活方面的安排。在婚姻中的工作角色，可分為勞務工作(paid labor, work for pay outside the home)及家務工作(household work)(Johnson, et al., 1992)，勞務工作是個人在職場上的工作，其所得收入可提供家計支出，家務工作則是屬於家庭範圍內的工作。家庭運作能否順利，夫妻間勞務工作與家務工作的配合，是很重要的關鍵，因為夫妻各自帶來原生家庭中的價值觀與生活方式，而使得在這些層面的執行上容易衝突，因此，需要透過夫妻雙方的調適，以找到平衡的基礎。

1.家庭財務處理

早期，在以性別因素為主要工作分工之考量時，男性通常為主要的勞務工作者，亦即為主要家計負擔者，而女性則因為規範、就業市場的性別隔離現象（簡文吟、薛承泰，1996）等因素，成為主要的家務工作者，此時，家中的財務支配權，大多掌握在家計負擔者手中。隨著性別刻板鬆綁、平權意識抬頭，兩性對於工作角色的期望與分工開始有所調整，愈來愈多女性投入就業市場，使得女性也有本錢，與男性共同擔任家計負擔的角色，而家中財務的管理方式，則是新婚夫妻需面對的協調項目之一，新婚夫妻必須重新思考，將結婚前以個人為中心的理財方式，轉而考量與配偶在家庭支出與收入的分配關係。

2.家務分工

在婚姻中提到家務工作，多關注於家務分工的議題，學者們在研究家務工作時，則主要從兩個方向出發：一為，視家務工作為結果（outcome）變項，其次，則視家務工作為影響（effect）變項，在第一種視家務工作為結果變項的觀點中，最常應用的理論包括：時間可利用論（time availability）、資源（resources）以及性別角色（gender ideology），由此觀點來看，兩性在決定家事時間分配時，會受到家務工作項目的性別屬性、外出就業、經濟資源、以及角色態度等因素的影響；另一種視家務工作為影響因素的研究方向，則著重於瞭解家務工作對家庭幸福、家人關係或生活壓力等因素的影響，如：家務分工對個人婚姻滿意度的影響，近來，家務分工的研究焦點，則從家務項目或時數的分工，轉移至「個人公平觀的感受」此一中介變項，對夫妻關係滿意度的影響（唐先梅，1998），亦即從個人行為層面的探討中，增加了個人認知層面的分析，以了解家務工作的分配對婚姻調適的影響。

3.工作

現今女性就業不易的情勢已然轉變，愈來愈多比例的女性願意並能夠在結婚後投入職場，女性在工作職場地位的轉變，使得女性的就業對於家庭具有較大的影響，並促使在工作與家庭方面的研究，多以女性就業為主要探討的焦點(呂玉瑕，1997、1998；簡文吟、薛承泰，1996)。

女性就業相關研究之方向有兩種：一種為探討女性就業對家庭的影響，例如雙薪家庭之工作、家務、休閒時間的安排、或是女性就業對子女照顧之影響，另一種研究方向，則探討家庭對個人工作的影響，從女性的親屬互動關係、家庭照護需求、家庭時間價值等因素，探討其對於個人工作表現及持續就業的影響。呂玉瑕(1997)從社會交換論的觀點，探討女性對於選擇是否就業的考量，並提出：當女性在決定是否工作時，所考量的可能不只是利益因素，還包括價值因素，追求家庭整體利益的價值觀，引導著女性的就業考量，當個人時間的市場價值高於家庭價值時，他會選擇工作以取得最大效用，相反地，若時間的家庭價值高於市場價值，則個人會選擇留在家庭發揮效益。

對新婚夫妻而言，工作與家庭生活的平衡，是婚姻生活中的重要議題，個人事業、生涯的選擇、夫妻間工作時間的協調，都會影響新婚期間的婚姻調適狀況(張思嘉，1999a)，而家庭生命週期的發展，則對於女性就業具有決定性的因素，女性的就業選擇，會隨著家庭生命週期的不同發展階段，而產生不同的應變方式，使得女性的就業出現中斷、二度就業等情形，根據簡文吟、薛承泰(1996)以已婚婦女為對象，所進行的研究發現：女性的就業型態，主要包括「不中斷就業型」、「婚後中斷就業型」、「生育中斷就業型」以及「從未就業型」四種類型，其中，以「不中斷就業型」之29.4%，及「婚後中斷就業型」之26.2%，分別佔總樣本數之最多及其次比例，顯示：女性在新

婚階段的確面臨著工作與家庭角色的調適困境，此時所採取的調適方式，主要有兩種：一為，在工作及家庭角色之間努力調適以取得平衡，另一種調適方式則是選擇捨棄工作角色，轉而投入家務角色。

（三）與原生家庭互動

「與原生家庭互動」此一面向，所指的是夫妻關係之外的親屬互動，主要是：個人與上一代父母互動關係的調適。不同於西方婚姻關係以夫妻之雙人關係建立為主軸，相較之下，中國婚姻的夫妻關係，主要是以「角色」來定位（張思嘉，1999a），並重視個人在家族中角色功能的發揮，父系社會的文化背景，使得以父子軸為核心的家庭制度，成為女性進入婚姻的一大挑戰，已婚女性除了在個人的「垂直忠誠」與「水平忠誠」之間拉扯，還必須面對「姻親忠誠」的衝突（利翠珊，1999），對年輕夫妻而言，決定婚姻的幸福，除了與兩人情感濃淡有關之外，還必須考量他們是否能妥善地處理家族關係（利翠珊，1997）。

三、影響新婚夫妻婚姻調適的因素

影響新婚夫妻婚姻調適的因素十分紛雜，若聚焦於個人的因素來看，則主要有：性別、教育程度、家庭結構，茲分別討論如下：

（一）性別

中國家庭多為從父居，則女性通常較男性需要面對姻親關係的調適。此外，女性在面臨婚姻角色與生活中其他角色的衝突時，通常會依循男方家族的期待，承受較多的家庭責任，在婚後辭去工作的女性，所持有之想法多為：在結婚初期，願意全心全力配合先生事業上的需要，並不排除日後重新投入工作市場的可能性，而那些在婚後持續工作的女性，則必須在過重的角色負荷中自我調適，相對於女性在婚姻中的配合與適應，男性則感覺婚前與婚後的工作與家庭角色，調適差別不大（利翠珊，1995）。

（二）教育程度

教育程度較高者，在面臨婚姻調適困難時，除了有較好的調適能力之外，也會比較知道如何尋求資源協助。一項以新婚夫妻為對象，所進行的婚姻調適長期研究，發現在歷經一年的婚姻生活後，個人的教育程度，與其婚姻調適仍有正相關（Quinn & Odell,1998），顯示在婚姻生活的早期階段，個人的教育程度愈高，有助於其在婚姻中的調適。

（三）家庭結構

在台灣，代與代間的連繫，要比西方社會來得頻繁，若是新婚夫妻與上一代父母共同居住，則與同住父母的關係調適便更為重要，此外，根據行政院主計處的資料顯示：有父母健在之成年人口中，已婚男性與其父母同住比率為 32.9%，遠高於已婚女性與其父母同住之比率 2.1%，顯示新婚妻子與公婆關係的適應是多數新婚夫妻的課題。從父居的居住安排，使得女性較直接地承受來自父系文化的壓力，而男性又間接地承受了來自母親與妻子兩代女性的壓力，在整個家庭生命週期當中，與姻親的關係往往在新婚數年間最為敏感，並可能影響到婚姻的穩定性（利翠珊，1995），上一代父母對新婚夫妻婚姻調適的影響，是傳統背景脈絡下的產物，實為探討本土婚姻調適時，不可忽略的要素。

第二節 婚姻信念

本章節先探討婚姻信念的內涵，分析不同學者對婚姻信念之觀點及測量，進而分析影響婚姻信念的因素。

一、婚姻信念的概念

在婚姻治療的領域中，個人認知因素的影響日漸受到重視，因此，婚姻相關研究開始關注個人認知對婚姻品質的影響（陳志賢、黃正鵠，1998）。影響婚姻滿意度的認知因素相當多，Baucom & Epstein（1989）認為相關實證研究結果，主要集中在選擇性的知覺（Perceptual process of selective attention）、過高期望（Expectancies）、歸因（Attribution）、不當的假設（Assumptions）與標準（Standards）此五種個人對於關係的認知因素。換言之，即以個人的看法、信念為研究焦點，探討其對於婚姻關係的影響。

在關係信念的研究中，學者多關注於關係信念對親密關係之影響，而婚姻關係亦為親密關係之一，換言之，可將關係信念視為對於婚姻關係的看法，因此，本研究將「婚姻信念」定義為「個人對於婚姻關係的看法」。分析婚姻信念的相關研究，可以發現從不同的觀點切入，婚姻信念的內涵主要包括失功能信念、成功關係信念及關係固有理論信念等，以下介紹不同婚姻信念的內涵：

（一）失功能信念

早期關於信念（relationship beliefs）的研究，始於從事婚姻治療的相關研究者，對於非理性（irrational）、失功能（dysfunctional）關係信念之探討，並認為失功能信念對雙人關係的影響是：降低人際間的滿意度，限制個人對於他人相待的正向期望，並阻礙了伴侶間相互改變的運作。起初，相關研究多關注於個人對自身所具有的失功能信

念，當個人對自己存有非理性的信念（例如：過度需要他人認同、高自我期望、指責傾向、逃避問題等），則會產生婚姻調適的困難，而無法繼續維持婚姻（Epstein & Eidelson, 1980）。

當「個人對自身的失功能信念，使個人在人際關係的維持產生困難」此一研究結果，相繼得到證實之後，學者進而開始關注個人對於關係的認知、看法，亦即關係信念在婚姻關係中扮演的角色，並發現實際上個人所具有的關係信念，較其對自身的信念，更能預測其婚姻調適（DeBord & Romans, 1996）。

Eidelson & Epstein（1982）提出：個人對於親密關係所可能持有的五種失功能信念（dysfunctional beliefs），包括「爭執是具破壞性的」、「心靈感應是可預期的」、「伴侶無法改變」、「性關係完美主義」及「兩性是有差異的」等信念，並且提出五項失功能信念的內涵及行為表現（表 2-2-1），此五種失功能信念之中任一種，對於婚姻的調適都有負面的影響。

表 2-2-1 親密關係的失功能信念

失功能信念	信念內涵	行為表現
爭執是具破壞性的	個人認為雙方在價值觀、態度、目標或偏好上有所爭執會威脅到安全的、愛的關係。	以避免直接溝通的方式面對衝突，以降低爭執的可能性。
心靈感應是可預期的	個人認為若伴侶真誠地關心並了解自己，就應該不需要刻意的溝通，即能夠感受到自己的需要及偏好。	不努力於清楚的溝通，不主動說明自己的需要，而當伴侶沒有感應到他的期望時會感到不滿意。

* 資料來源：Eidelson & Epstein（1982）。

(續)表 2-2-1 親密關係的失功能信念

失功能信念	信念內涵	行為表現
伴侶無法改變	認為親密伴侶是無法改變的，而且伴侶也不具有改變關係品質的能力。	對於問題的改善並不存希望，對於關係有較低的承諾且較不積極於解決衝突。
性關係完美主義	期望伴侶是完美的性伴侶，並相信擁有完美的性關係才算是擁有良好的親密關係。	過度強調完美的性關係而引起負面情緒，造成關係的緊張而減低了性關係所帶來的愉悅
兩性是有差異的	相信男性及女性在個性及關係需求上有很大的差異。	在遭遇人際衝突時會歸因於性別因素而指責對方，且對於關係問題的解決並不會抱太高期望。

* 資料來源：Eidelson & Epstein (1982)。

另有學者 Romans & DeBord (1995) 參考 Ellis 與 Grieger 兩位學者及整合個人在婚姻治療上的經驗，以因素分析的方式提出九種非理性的關係信念，包括「雙方應該完全的開放且誠實」、「雙方應該了解對方的想法」、「兩人應該一起做所有事」、「雙方應該滿足對方所有的需求」、「雙方應該願意為對方改變」、「我們之間所有的事應該都是完美的」、「良好的關係應該是容易維持的」、「一個人如果沒有浪漫關係就不完整」、以及「浪漫的理想主義」等信念，而 Romans 與 DeBord 也進一步分析這些非理性信念的內涵，認為此九種非理性信念，與 Eidelson 及 Epstein 所提出的五種失功能信念，在概念上有重疊的部分，例如：「爭執是具破壞性的」此一失功能信念，與「我們之間所有的事應該都是完美的」及「良好的關係應該是容易維持的」這兩種非理性信念的內涵即是相似的。

愈來愈多的研究，關注於完美主義與關係互動問題的關聯，並發現個人對於人際事務的完美主義，會影響其家庭及婚姻調適，舉例而言，認定他人應該完美的人，在與他人互動的過程中，對於他人在溝通、信任、支持、處理與尊重等方面的行為表現，具有高度的期望，這些極端而不實際的關係信念，在關係出現問題時，會產生衝突與失功能的反應（Flett, Hewitt, Shapiro, & Rayman, 2001），非理性的關係信念及失功能的認知，對婚姻調適會有負面的影響。

從不同學者所提出對關係發展及維持有負面影響的信念，可以發現：不論是失功能信念或是非理性信念，當個人具有該信念的程度愈高，則在雙人的互動過程中，較難以接受「衝突」或「未達到個人期望」等負面事件的發生，此外，持有該信念者，對於負面事件的處理，也傾向採取消極、逃避的方式來因應。綜上所述，失功能信念對於雙人關係的調適是有害的，因此，若在婚姻關係中，個人抱持失功能、非理性的關係信念，則對其婚姻調適會有負面的影響，阻礙了雙人關係的發展與維持。

（二）成功關係信念

關係信念的研究中，Fletcher & Kininmonth（1992）試圖建立一般關係信念的內涵，並從關係建立的光明面，探討何種關係信念有助於親密關係，為了解一般人對於成功關係所具有的看法，Fletcher 及 Kininmonth 採取問卷調查法，並在問卷中先以關係良好的案例故事作為引導（例如：以交往兩年的伴侶或已婚十年且有兩個孩子的夫妻為故事主角），請受試者提出：個人所認為在故事主角成功的關係中，所應具備的重要因素有哪些，並請受試者加以描述這些因素如何造就成功的關係，在得到受試者回答的資料後，將受試者所回答的因素及描述，加以編碼及分類，提出共十八種成功關係因素，並進行因素分析，將之歸納為四種主要概念：

- 1.親密 (Intimacy) : 所指的是對於人際的態度或互動的看法，包括信任、尊重、溝通、妥善處理、支持、接納、愛、友誼及妥協。
- 2.外在因素 (External Factors) : 所指的是對於關係的外在影響，包括個人安全感、重要他人、經濟、共通性及孩子。
- 3.熱情 (Passion) : 包括性及關係活力。
- 4.個人特質 (Individuality) : 包括獨立及公平。

從這些成功關係信念的內涵，有助於了解成功的關係是如何形成的，與從失功能或非理性的觀點切入所探討的關係信念內涵不同。

(三) 關係固有理論信念

個人對於關係的覺察，受到個人關係信念的影響，人們似乎對於何謂良好的關係，在心理存有既定的看法 (Knee et al., 2001)，在親密關係的研究中，愈來愈多投入於社會認知領域的研究，特別是以關係信念及知識架構為主要焦點的研究，其中以「固有理論 (implicit theory)」過去較少應用在關係研究中，「固有理論」所指的是在面對周遭事物時，個人可能持有的信念可分為兩種：歸因為固定不變 (命中註定) 的信念，或是歸因為發展 (成長) 的信念，將固有理論的概念，應用到對於關係的認知，則可以解釋為：個人相信既有之關係，是命中註定的，或是會成長改變的 (Knee, 1998)。

關係固有理論 (implicit theories of relationships) 來自兩個觀點 (Knee, 1998) : 一為引用「成就與社會評價」 (achievement and social judgment) 相關文獻中固有理論的理論架構，過去研究發現：個人相信智能是註定的，則對於早期徵兆較為敏感，當其在測驗一開始即感到測驗結果不會成功，會較容易放棄去完成測驗，相似地，對於相信

關係是註定的人而言，如果在關係的早期即已感到關係無法成功，則容易放棄維持關係。因此，具有命運信念者，強調在關係早期階段的印象是關係成功的關鍵，而發展信念者較不會那麼看重一開始彼此適不適合的印象，而是強調多方面的互動、瞭解與親近。

關係固有理論引用的另一個觀點，則是浪漫關係信念 (romantic relationship beliefs)，雖然浪漫關係信念的異質性很高，但可大致歸納為五個主要特徵，包括：「愛可以克服一切」、「每個人都只有一個真愛」、「所愛的人能夠達到個人最高期望」、「一見鍾情是可信的(愛可以在第一眼時擦出火花)」以及「在選擇伴侶時，應該憑著感性而不是理性」。而關係固有理論中的命運信念認為：人們相聚是註定的，此概念與浪漫主義中的第二及第四個特徵相似，強調一開始適合性的重要，並會促使個人尋求一個完美的伴侶，或是會很快地拋棄低於完美的候補者，另一方面，關係固有理論中的發展信念則認為成功的關係能夠藉由克服障礙及發展親密感而建構、發展。

Knee (1998) 將關係固有理論，運用於親密關係的研究中，提出兩種關係信念，一種是相信兩人相遇是命中註定的「命運信念 (destiny belief)」，對於關係常存有過於理想的期望，並認為關係是命定、無法改變的，而傾向在關係形成的一開始，就去診斷及評估關係，另一種關係信念，則是「發展信念 (growth belief)」，此信念認為：透過克服障礙及困難，可以發展、培養成功的關係，發展信念通常能夠以較實際的觀點看待關係，並傾向解決問題以維持關係。以命運信念及發展信念為兩向度，形成關係信念的架構如圖 2-2-1，個人所具有的關係信念傾向，影響其面對伴侶及關係時所採取的認知與行動傾向 (Knee et al., 2001)。

在命運信念及發展信念架構圖中，強調命運信念以及發展信念的連續概念，而個人則同時具有命運信念及發展信念，只是每個人在兩

種信念的持有程度不同，據此形成四種不同的關係信念傾向情形：無助傾向（ Helplessness Orientation ）、 培養傾向（ Cultivation Orientation ）、 評估傾向（ Evaluation Orientation ）、 以及最佳傾向（ Optimization Orientation ）。當一個人的關係信念為高發展信念、低命運信念的「培養傾向」，較不會去診斷關係的潛能，而會將關係中的限制與缺點，視為讓彼此親近及了解的機會，當個人的關係信念為高命運信念、低發展信念的「評估傾向」，即使是兩人之間很小的差異也會被擴大看待，並因認為差異無法克服而不客觀地評斷伴侶（ Knee, Patrick, & Lonsbary, 2003 ）。

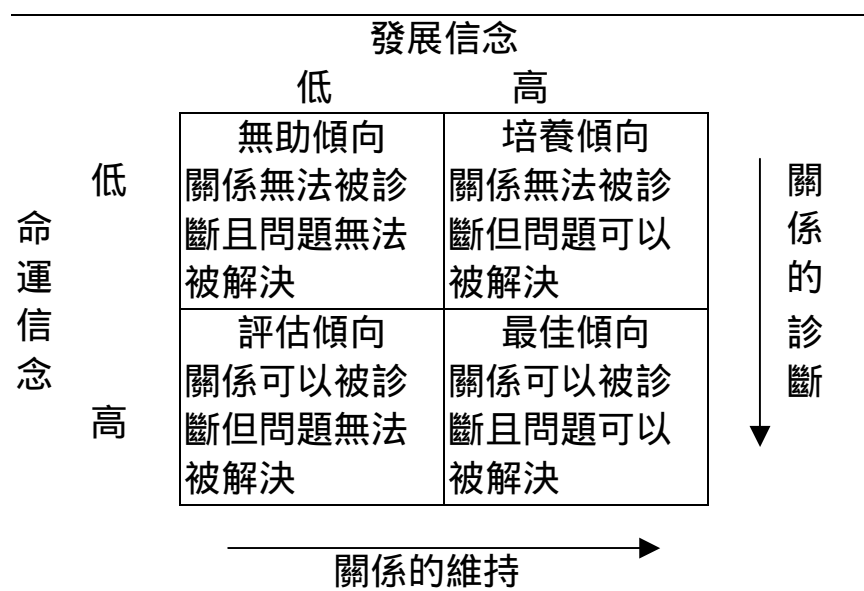


圖 2-2-1：命運信念與發展信念架構圖
（ Knee et al., 2001 ）

本研究為求使關係信念的概念，能夠較為望文生義，將低發展信念、低命運信念的關係信念，稱為「無助傾向」，高發展信念、低命運信念的關係信念，稱之為「發展傾向」，而低發展信念、高命運信念的關係信念，稱為「命運傾向」，高發展信念、高命運信念的關係信念，則稱之為「最佳傾向」。

有關命運信念，在本土文化脈絡中，可以發現相似的概念在人際互動關係中運作，學者楊中芳（1999）認為：人際關係是由三個成分所構成的，包括工具成分、感情成分及既定成分，而既定成分中，則包括先賦性的關係連繫及經驗性的關係連繫，先賦性的關係連繫通常用「緣分」來解釋它們的存在，如：血緣連繫的親子、手足關係，姻緣連繫的夫妻、姻親關係，地緣連繫的同鄉關係以及業緣連繫的師生、同事關係等。

此外，楊國樞（1993）認為在探討個人與環境互動的關係時，通常可分為以自主性為重的「個我取向」及以融合性為重的「社會取向」，中國人的傳統社會，主要是以「社會取向」為運作型態，而在探討中國人之社會取向時，提出可從社會互動觀點或人格特質觀點切入，當以社會互動觀點來看中國人的社會取向，則可將之再分為四種次級取向：家族取向、關係取向、權威取向、以及他人取向，其中，中國人的關係取向有五大特點，包括「關係形式化（角色化）」、「關係互依性（回報性）」、「關係和諧性」、「關係宿命觀」及「關係決定論」，在此當中，「關係宿命觀」所指的是中國人傾向用「緣」、「命」等概念，來處理人際互動或衝突，「緣」是一種宿命的因素，強調在關係發生之前，「緣」即已前定了某種特定人際關係的必然出現、以及關係的型態、久暫及結局等。傳統中國人用「緣」的信念強調各種現實人際關係之必然性或不可避免性，「緣」所前定的關係，既然是命中註定的，便只有逆來順受，以認命的態度守在現有關係中，個人不是關係的主動創造者，而只是被動的承受者。此外，「緣」對關係的命定性，在家族關係中益加彰顯，尤其是父子關係及夫妻關係，就夫妻關係而言，其所涉及的兩人並無血緣關係，但其間的關係內涵十分複雜，容易發生困難，然而，為了家族的維持及延續，不管現實關係如何不如意，個人都不可有離異之心，而要停留在原有的關係之中，逆來順受、承受逃脫不掉的緣分，因此，具有關係宿命觀的人，較不會積極地改變關係。

在中國傳統文化中的「緣分」信念，與 Knee et al. (2001) 所提出的命運信念之概念是相近的，在處理人際間的互動關係時，傾向用「緣分」說法加以解釋的人，對於關係的現況，採取宿命使然的觀點，認為既有之關係是命中註定的，故而對於既有之關係會接受，而不去試圖改變，則其在面對婚姻關係時，會以「有緣分」的角度，來看待兩人的關係連結，當雙方在關係互動中產生衝突、適應不良時，會以「天生冤家」之消極觀點看待該關係，若關係最後是解組的結果，則會產生「有緣無分」之看法，相反地，若個人較不具有關係宿命觀，則其在面對婚姻關係時，能以較積極的態度面對婚姻生活，將有助於婚姻調適。

從各學者所提出之不同關係信念內涵中，不是僅以正面的角度探討關係信念，就是以完全負面的角度來看關係信念，只有 Knee et al. (2001) 所提出之發展及命運信念，能夠同時涵蓋對關係的正面與負面看法，加上命運信念的概念，與中國文化對於關係之「緣分」看法相近，因此本研究將採用 Knee et al. (2001) 的理論概念，探討婚姻信念之命運信念與發展信念。

二、婚姻信念的測量

早期測量信念的工具，多在於探討個人對自身所持有的信念，隨著研究關注的焦點轉變，相關研究者則建立許多測量關係信念的量表工具，綜觀相關研究，有幾個主要的測量方法，以下依提出的時間先後，介紹四種關係信念量表及相關之研究發現。

(一) 關係信念清算表 (Relationship Belief Inventory, RBI)

Eidelson & Epstein (1982) 以其所提出的五種失功能信念為依據，發展關係信念清算表 (RBI)，包括「爭執是具破壞性的」、「心靈感應是可預期的」、「伴侶無法改變」、「性關係完美主義」及「兩性

是有差異的」五個分量表，每一分量表包含八個項目，此八個項目，分別有一半的正面陳述及一半的負面陳述，形成共四十個項目的關係信念量表，採取「我強烈相信這個主張是正確的」至「我強烈相信這個主張是錯誤的」六點量表的方式，請受試者填答，測量個人具有失功能關係信念的程度。並以接受及未接受婚姻諮商的臨床樣本及非臨床樣本為對象，探討失功能信念與婚姻調適的關係，研究結果發現：失功能信念與婚姻調適有負相關，而非臨床樣本的失功能信念，與婚姻調適之關聯較低，特別是「伴侶無法改變」此一分量表與婚姻調適之關聯，顯示對非臨床樣本而言，對於伴侶是否能夠改變的看法，並不影響其婚姻調適。

（二）關係信念問卷（Relationship Belief Questionnaire, RBQ）

Romans & DeBord(1995)依據其所提出的九種非理性關係信念，發展關係信念問卷（RBQ），包括共九個分量表、七十一個項目，分別為「雙方應該完全的開放且誠實」（十四個項目）、「雙方應該了解對方的想法」（七個項目）、「兩人應該一起做所有事」（八個項目）、「雙方應該滿足對方所有的需求」（九個項目）、「雙方應該願意為對方改變」（九個項目）、「我們之間所有的事應該都是完美的」（七個項目）、「良好的關係應該是容易維持的」（六個項目）、「一個人如果沒有浪漫關係就不完整」（五個項目）以及「浪漫的理想主義」（六個項目），以「1 = 強烈不同意」至「6 = 強烈同意」六點量表的方式請受試者填答，分數愈高，代表具有愈高的失功能信念，此外，Romans 與 DeBord 進一步分析其研究發現，認為雖然該問卷之結果，與 Eidelson 和 Epstein 所發展的關係信念清算表（RBI）具有高度的相關，但關係信念問卷（RBQ）所包含的概念較為廣泛。

（三）關係信念量表（Relationship Beliefs Scale, RBS）

Fletcher & Kininmonth (1992) 試圖以建立成功關係的關係信念為內涵，發展能夠測量個人關係信念的工具，其所發展的關係信念量表 (RBS)，包括四個分量表，分別為：親密（信任、尊重、溝通、妥善處理、支持、接納、愛、友誼及妥協）外在因素（個人安全感、重要他人、經濟、共通性及孩子）熱情（性及關係活力）以及個人特質（獨立及公平），共十八個項目，每一個項目有三個題項，構成一個包含五十四個題項的量表，以「1 = 完全不持有此信念」至「6 = 非常強烈持有此信念」六點量表的方式請受試者填答，以了解個人具備成功關係信念的程度，研究並發現：個人的某種成功關係信念愈強，其所表現的相關行為，與關係滿意的關聯愈高，例如：當個人具有的親密關係信念愈高，則其所表現出來的親密行為，與其婚姻滿意度相關愈高。

(四) 關係固有理論量表 (Implicit Theories of Relationships Scale, ITR)

Knee (1998) 以關係固有理論為基礎，發展了關係固有理論量表 (ITR)，此量表共有八題，「命運信念」分量表及「發展信念」分量表各佔四題，「命運信念」分量表的題項，包括：「彼此適合的人才會成為伴侶，否則不會在一起」、「成功的關係，關鍵在於找到適合、協調的伴侶」、「兩人會成為伴侶，是命中註定要在一起的」、「一段關係沒有成功的開始，則必然會失敗」，而「發展信念」分量表的題項，則包括：「理想的關係隨著時間而逐漸發展」、「關係中的挑戰及阻礙會使得感情更加堅定」、「成功的關係，關鍵在於能與伴侶一起學習解決衝突」、「成功關係的發展，需要透過雙方努力去解決不適合之處」，以「1 = 強烈不同意」至「7 = 強烈同意」七點量表的方式請受試者填答，藉以瞭解個人的關係信念，此量表的「命運信念」分量表及「發展信念」分量表之內在信度 Cronbach's α 值分別為.71 及.80，再測信度分別為.52 及.40，且「命運信念」及「發展信念」並無相關 ($r_s =$

-.07), Knee 在建立量表的的研究中, 並分析相關研究者發展之關係信念測量工具中, 所具有的相近概念, 以統計方法進一步驗證其所提出之關係信念觀點, 舉例而言, 在關係信念清算表 (RBI; Eidelson & Epstein, 1982) 中的「伴侶無法改變」分量表, 所呈現的概念與「命運信念」相似, 進一步驗證發現: 「伴侶無法改變」此一失功能信念, 與「命運信念」呈正相關, 而與「發展信念」呈負相關。

在 Knee et al. (2001) 後續的研究中, Knee 修訂了關係固有理論量表 (ITR), 將原本八個題項的量表增加為二十二個題項的量表, 「命運信念」分量表及「發展信念」分量表各佔十一題, 仍以「1 = 強烈不同意」至「7 = 強烈同意」七點量表的方式請受試者填答。「命運信念」分量表及「發展信念」分量表之內在信度 Cronbach's α 值分別為.82 及.74, 且「命運信念」及「發展信念」並無相關 ($r_s = -.01$) (Knee et al., 2003)。

在上述四種測量關係信念的工具中, 關係信念清算表 (RBI) 為關係信念的研究奠定了基礎, 然而, Moller & Van Zyl (1991) 認為: 應該致力於探討所有重要的失功能關係信念。在後續的研究中, Romans & DeBord (1995) 則提出了九種非理性的關係信念, 並認為此九種非理性關係信念的概念, 較 Eidelson & Epstein (1982) 所提出的五種失功能信念更為廣泛。

另一方面, Fletcher & Kininmonth (1992) 則批判: 信念的測量常同時包含情感或態度的概念成分, 其中, 情感成分的信念, 包括對於引發事件、生理徵狀及相關結果所產生的獨特情感, 而態度的信念, 則除了感情及評估以外, 還包括了認知的成分或看法, 因此, 若要測量信念, 則必須對於信念有清楚的界定, 以排除個人情感感受之成分為佳。Fletcher 與 Kininmonth 並進一步分析 Eidelson 和 Epstein 所發展的關係信念清算表 (RBI), 認為其五種失功能信念的測量項

目，混雜了不同的概念，包括對於關係的態度、期望、情感與行為描述、以及一般信念，舉例而言，「爭執是具破壞性的」分量表中的「伴侶不同意我的看法是一種個人侮辱」、「我無法忍受伴侶與我爭論」等項目，實際上應屬於個人的情緒感受及行為期望，並不能算是關係信念。此外，正負向感受、認知、行為等這些放在信念量表中的概念，通常也是關係滿意測量的變項，則可能會造成過度解釋研究結果，Eidelson 及 Epstein (1982) 在其研究報告中，亦提及其分量表與關係滿意的高度負相關，證實了量表的構念效度，換言之，則分量表之內容與關係滿意確實有高度的相關，然而，多數使用關係信念清算表 (RBI) 的研究，皆關注於探討個人在此量表之結果與其關係滿意之間的關聯性，則相關研究所得失功能信念與關係滿意相關的結果，或許只是兩種研究工具概念重疊所造成的結果。

綜上所述，不同的關係信念測量工具，具有不同的測量重點以及使用上的限制。而本研究之婚姻信念，擬以 Knee et al. (2001) 所提出之關係信念為基礎，探討個人所具有的婚姻信念，因此，本研究擬參酌關係固有理論量表 (ITR; Knee et al., 2001)，編制婚姻信念量表，以測量新婚夫妻所持之婚姻信念。

三、影響婚姻信念之相關因素

個人婚姻信念的影響因素包括性別與教育程度，分述如下：

(一) 性別

研究結果發現：個人所具有的婚姻信念，會有性別上的差異，如：男性較強調在雙人關係中，「性」所扮演的角色，並認為擁有完美的性關係是很重要的 (Fletcher & Kininmonth, 1992)，就女性而言，當個人傾向命運信念，則其關係容易結束，而持傾向發展信念的女性，則較男性更不會讓關係輕易結束 (Knee, 1998)。

（二）教育程度

教育程度也會影響個人所具有之婚姻信念，透過教育的薰陶，個人能夠培養應變的自信及能力，相信未來是可以由自己決定、改變的，具有較高教育程度的人會有發展傾向，而能夠針對既有之關係採取因應、改變的措施，相反地，教育程度較低的人，則會有命運傾向，認為既有之關係是命定而無法改變的。

第三節 衝突因應策略

一、衝突因應策略的概念

早期對「因應 (coping)」的看法較偏向特質論，認為個體對外在事件的因應方式有一定的傾向，「因應」是個人的一種特質，此時期，常稱因應為「因應方式」或「因應風格」；其後，對「因應」的研究則著重在因應過程與處理上，主張情境是影響個體因應的主要因素，環境中的資源、個人對外在事件的認知評估，會影響到個體的因應行為與結果，此看法較常稱因應為「因應策略」(林佳玲，2001)。Bowman (1990) 將個人在面對婚姻衝突時，所採取的「因應努力 (coping efforts)」定義為「個人在面對特殊情境時，為了減少問題或降低壓力，所採取的特殊行動」，Bowman 並認為此定義不同於「因應風格 (coping styles) (個人處理問題的優先習慣方式)」及「因應資源 (coping resources) (廣義的個人態度與能力)」。

參考上述不同學者的看法，本研究的衝突因應策略聚焦於新婚夫妻在面對婚姻衝突與問題時，個人所採取的因應行為，故本研究參酌 Bowman (1990) 的觀點，將「衝突因應策略」定義為：個人在遭遇婚姻困難時，為了減少婚姻問題或減輕婚姻關係的緊張，所採取的特殊因應行為。

李良哲 (1996) 以大台北地區已婚者為對象，探討婚姻衝突之因應行為，其將婚姻衝突因應行為劃分為：「正向回應 (positive approach)」、「尋求社會支持 (seeking social support)」、「逃避 (avoidance)」、「爭執 (conflict)」、「自我責備 (introspective self-blame)」、「自我興趣 (self-interest)」等因應行為，並認為前兩種是屬於「反應個體間、以問題為中心」的因應行為，而另外四種則是「反應個體內、以情緒為中心」的因應行為。林佳玲 (2001) 在探討

夫妻依附風格、衝突因應策略與婚姻滿意度之關係時，亦將衝突因應策略分為「正向回應」、「尋求社會支持」、「逃避」、「爭執」、「自我責備」、「自我興趣」等六種策略。

一項針對新婚夫妻婚姻調適的長期性研究，Cohan & Bradbury (1997) 探討生活中負面事件對婚姻調適的影響，並以夫或妻遇到負面事件時，所採取的問題解決行為及情緒表達方式為中介變項，其中將個人採取的問題解決行為分為轉移策略（包括：否認衝突話題的存在、轉移話題、講笑話以取代衝突的討論）、積極策略（包括：以中立的態度描述問題、顯露誠懇的樣子、表達瞭解）以及消極策略（包括：怪罪對方、敵視問題、表現拒絕的態度）等三種，研究發現：超過三分之一的新婚夫妻，不會採取轉移策略，而問題解決行為雖不是負面事件及婚姻調適的中介變項，但仍對婚姻調適有所影響，積極策略對於婚姻穩定及滿意有所助益，消極策略則否。

若從新婚夫妻的依附型態與衝突解決行為兩者來看，屬於安全依附型態的人在衝突解決過程中，較少出現退縮（例如：生悶氣）或口頭攻擊（例如：侮辱對方）的行為，而較多解決問題的行為（例如：提供有幫助的主意或建議）(Senchak & Leonard,1992)，換言之，安全依附型態的人，在面對衝突處理時，表現較多的正向行為、較少的負向行為。

從上述各研究可發現，在探討夫妻面對婚姻衝突所採取的因應策略時，大致將衝突因應策略歸類為：「正向積極」與「負向消極」兩種衝突因應策略。「正向積極」的衝突因應策略包括：以中立的態度描述問題、顯露誠懇的樣子、表達瞭解、提供有幫助的主意或建議、尋求社會支持等行為，「負向消極」的衝突因應策略則包括：怪罪對方、敵視問題、表現拒絕的態度、否認衝突話題的存在、轉移話題、講笑話以取代衝突的討論、生悶氣、口頭侮辱對方、堅持己見、自我

責備等行為，相較而言，正向積極的衝突因應策略，較能夠在婚姻調適的過程中有效地解決衝突。

二、衝突因應策略的測量

衝突因應策略的測量工具，多以幾種不同因應策略的分量表構成一個衝突因應策略量表，以下依相關量表編制的年代先後，依序呈現各量表的名稱、編訂者、量表內容與信度（表 2-3-1）。

表 2-3-1 衝突因應策略測量工具

量表名稱	編訂者	量表內容	信度
衝突管理問卷 (Conflict Mode Instrument)	Thomas & Kilmann(1974)	30 組題目，每組題目由兩種衝突因應策略配對五點量表。分為競爭、讓步、逃避、妥協 合作五種因應策略。	1.內部一致性信度 = .43-.71 2.重測信度 = .61-.68
瑞氏組織衝突量表 (The Rahim's Organizational Conflict Inventory)	Rahim(1983)	28 題，五點量表。分為支配、讓步、逃避、妥協、統整五種衝突因應策略。	1.內部一致性信度 = .72-.77 2.重測信度 = .60-.83
壓力因應量表 (Coping Inventory for Stressful Situations)	Ender & Parker(1990)	44 題，五點量表。分為工作焦點、情緒焦點與逃避三個分量表。	內部一致性信度 = .72-.90

* 資料來源：林佳玲（2001，P.35）。

(續) 表 2-3-1 衝突因應策略測量工具

量表名稱	編訂者	量表內容	信度
婚姻因應量表 (Marital Coping Inventory)	Bowman(1990)	64 題，五點量表。分為爭執、自我責備、正向回應、自我興趣與逃避五個分量表。	內部一致性信度 = .77-.88
親密因應量表 (Multidimensional Intimate Coping Questionnaire)	Pollina & Snell(1999)	100 題，五點量表，可分為 25 個分量表，六個因素。	內部一致性信度 = .44-.93

* 資料來源：林佳玲 (2001, P.35)。

不同的衝突因應策略量表，其編制的理論、背景內涵各有不同的側重，其中以「婚姻因應量表 (MCI)」及「親密因應量表 (MICQ)」，主要應用於婚姻關係或親密關係的研究中，本研究擬探討婚姻關係中的衝突因應策略，並考量在「婚姻因應量表 (MCI)」中的衝突因應策略，同時包含積極主動與消極被動兩種內涵的因應策略，符合本研究之旨趣。

再者，「婚姻因應量表 (MCI)」在國內已由李良哲 (1995) 將之翻譯成中文，並增加「尋求社會支持」此一分量表修訂而成，繼而進行實證研究，各分量表的內在信度 Cronbach's α 值分別為：「爭執」為.88、「自我責備」為.85、「正向回應」為.89、「自我興趣」為.78、「逃避」為.53、「尋求社會支持」則為.80，顯示該量表修訂後的信度良好。故本研究擬採「婚姻因應量表 (MCI)」為新婚夫妻衝突因應策略的測量工具。

三、影響衝突因應策略之相關因素

關於衝突因應策略的影響因素，若從個人的因素來看，相關的研究發現不同性別及教育程度者，在面對衝突事件時，所採取的因應策略會有所不同。

(一) 性別

在面對婚姻生活中的衝突時，國外研究發現：女性採取較多的「爭執」、「自我責備」、「自我興趣」因應策略，男性則採取較多的「逃避」因應策略 (Bowman, 1990)，另外，李良哲 (1996) 針對 301 位已婚者為對象所進行的研究，則發現：男性及女性所採取的衝突因應策略確實有所差異，女性採取較多的「爭執」因應策略，男性則採取較多的「自我興趣」因應策略，此結果與其在 1995 年以美國成年人為對象所進行的研究結果一致。

(二) 教育程度

李良哲 (1996) 的研究亦發現：個人的教育程度會影響其所採取的衝突因應策略，教育程度愈高者，傾向採取較多的「正向回應」、「尋求社會支持」、「自我興趣」等因應策略。

第四節 婚姻信念、衝突因應策略

與婚姻調適之關係

一、婚姻信念對婚姻調適的影響

在過去四十年，個人認知傳導模式（cognitive mediation model）此一概念，多運用於個人心理方面的治療，逐漸地，婚姻與家庭治療師也開始應用此模式，處理婚姻與家庭的問題（Epstein, 1985；轉引自 DeBord & Romans, 1996）。此外，有愈來愈多的研究證實：認知因素與婚姻關係之間是有關聯的，在親密關係的研究中，學者投入於探討「個人認知」此一變項，並關注個人心理運作的認知傳導模式，對其關係互動的影響，在雙人關係中，認知傳導模式主張：個人對於經驗到的家庭或婚姻關係，所產生的情感、行為反應，受到其所覺察的互動本質及意義所影響（DeBord & Romans, 1996），而婚姻與家庭問題，主要不是在於所發生事件的本身，而是來自於家庭成員對發生事件所具有的特有覺察，如：對家庭或婚姻互動，持有不實際的信念與標準（Romans & DeBord, 1995）。

多數有關婚姻的認知研究，聚焦於個人對於婚姻關係的歸因過程（DeBord & Romans, 1996），而個人對於婚姻關係及婚姻生活事件的歸因，則與其關係信念有關（Fletcher & Kininmonth, 1992），並會影響其在婚姻關係中的行為表現。Epstein 認為最常被探討的認知變項，是個人對於自身、對於伴侶、對於婚姻互動本質的信念（轉引自 DeBord & Romans, 1996），也有相關研究者認為：個人或雙方所具有的不實際標準或信念，會導致婚姻不滿意，當雙方對其關係持有不實際的期望，並以極端的標準評估伴侶行為時，則會產生婚姻失功能及失望。Eidelson & Epstein（1982）研究個人所具有的自身信念及關係信念，與婚姻調適的關聯，結果發現：關係信念與婚姻調適的關聯較

大，當關係信念愈不實際，婚姻調適分數愈低。亦即個人愈具有不實際的關係信念，則其在婚姻調適上愈容易產生困難，其他許多研究（Epstein, 1982； Epstein et al., 1987； Jones & Stanton, 1988；轉引自 DeBord & Romans, 1996）亦發現個人在關係上的認知，較其對自身的認知，更能解釋其婚姻的調適。

本研究擬針對個人的婚姻信念加以探討，婚姻信念此一概念，源自於關係信念，在探討婚姻關係時，則引用關係信念的概念，來闡述婚姻信念。在不同學者所提出的關係信念中，以 Knee（1998）所提出的命運信念及發展信念，兼具對於婚姻關係的正向、負向觀點，並包含本土意涵之中國人對於關係的「緣分」看法，因此，本研究欲以命運信念及發展信念的觀點，來探討婚姻調適。

個人的信念會影響其在關係中的目標與行動方式（Knee, 1998； Knee et al., 2001），在婚姻關係中，具有「發展傾向」、認為關係會發展而成長的人，會期望在關係互動的過程中，藉由不斷地改善關係，增進個人與伴侶雙方的成長，另一種「命運傾向」的人，則認為關係是命中註定的，相信婚姻關係是無法改變的，並會期望伴侶能夠滿足自己對於婚姻關係的需求。在浪漫關係及婚姻關係中，關於理想與真實的爭論上，關係信念扮演重要的角色（Knee et al., 2001），也就是說，從個人具有之婚姻信念，可以了解其對於伴侶及關係，所持有期望的理想性或真實性，如：婚姻信念為「發展傾向」的人，在婚姻調適過程中，會避免診斷及評估關係，將衝突視為原本潛在而浮現的，願意承認限制與問題是調適過程的一部分，並試著去克服它，換言之，具有「發展傾向」的人，對於關係的調適，建構在對於伴侶的真實看法，而對於自身與伴侶在關係品質看法上的差異，能持有較正向的態度，並將差異視為改善關係、增進親密的原動力，相信關係是可以被改善的，而不去診斷它，並採取維持、改善關係的行動，相反地，「命運傾向」的人則強調應該評估關係是否有意義，當其相信該關係

是有意義的，就會維持長久的關係。

每當發生問題，「命運傾向」者在診斷關係，並決定是否要繼續維持關係時，「發展傾向」者則正試著去改善、增強關係的維繫，「發展傾向」者關注於關係的發展，並相信關係會因克服阻礙而成長(Knee et al., 2001)，因此，個人具有「發展傾向」，則會認為婚姻關係是可以改變發展的，能夠具有較好的婚姻調適，若個人具有「命運傾向」，則會在實際婚姻關係與自己所期望的理想婚姻關係中，僵持而無法調適。

在關係的早期，個人會傾向將伴侶理想化，將缺點看成優點，個人對伴侶的看法，會比伴侶對其自身的看法更正向，婚姻信念在這樣的關係中，扮演了重要的角色，當個人在關係早期時，覺察自己遇到了理想中的伴侶，則「命運傾向」的人，對於關係的滿意會更高(Knee, 1998)，然而在新婚階段，夫妻雙方帶著對於婚姻生活之期望進入婚姻，難免會遭遇與理想期望不符合的情形，當個人為「命運傾向」，則易於在此時期診斷、評估關係，而對伴侶產生負面的看法。

Knee 所發表與關係固有理論相關的幾篇文章中，關於「無助傾向」及「最佳傾向」此兩種婚姻信念對婚姻調適的影響，還需進一步釐清，然而，從 Knee 所提出的架構(圖 2-2-1)與文字說明中，可以推測：「無助傾向」對婚姻調適較無助益，而「最佳傾向」則對婚姻調適較有助益。另一方面，「無助傾向」及「最佳傾向」兩種婚姻信念與衝突因應策略的關係，則尚待深入地探討與分析，故本研究僅針對「發展傾向」者或「命運傾向」者，探討其衝突因應策略及其衝突因應策略對婚姻調適的影響。

二、婚姻信念、衝突因應策略對婚姻調適的影響

個人婚姻信念對婚姻調適的影響，是從個人的認知層面，影響其行為層面，進而產生調適上的改變。個人的婚姻信念會透過夫妻在婚姻生活中的互動而顯現，特別是當夫妻之間因調適困難而產生衝突時，衝突因應策略則影響婚姻中的調適困難是否能被有效地解決，甚而攸關婚姻關係能否維繫。

「命運傾向」者在婚姻調適的過程中，會採取較為消極的態度，不若「發展傾向」的人，能夠將「衝突」及「伴侶與其期望的落差」視為原本潛在而顯現的，「命運傾向」者也不像「發展傾向」的人，能夠承認限制及缺點會是婚姻過程中的一部分，因而，「發展傾向」者在面對婚姻中的調適困難時，會採取改善並維持關係的行動(Knee et al., 2001)，「發展傾向」者會正視在關係中的挑戰，並試圖開放地、直接地去處理挑戰，而不會拒絕挑戰的存在或是放棄該關係(Knee et al., 2003)，當個人將「衝突」及「伴侶與其期望的落差」視為增進親密關係的機會，對於其婚姻生活的調適就不會那麼窒礙難行了。

面對關係中的負面壓力事件（例如：爭吵、被欺騙）時，「命運傾向」者所採取的處理策略是擺脫並疏遠該關係，「發展傾向」者所採取的策略，則為嘗試去解決問題，並從經驗中獲得成長(Knee, 1998)。換言之，「命運傾向」者在面對關係中的負面事件時，採取的反應是結束關係之消極策略行為，而「發展傾向」者在面對關係中的負面事件時，採取的反應則是改善、維持關係的積極策略行為。

在婚姻生活中，夫妻難免會發生意見不和或衝突的事件，繼而對婚姻調適產生影響。相關研究發現，個人在面對衝突時，所採取的衝突因應策略或處理方式，與其婚姻滿意度有關(Bowman, 1990; Cohan & Bradbury, 1997; 李良哲, 1996; 林佳玲, 2001)。

從新婚夫妻對於婚姻生活的調適，可看出其所持有之婚姻信念及其調適策略對婚姻調適的影響，利翠珊（1995）探討新婚夫妻互動歷程之研究中，提出新婚夫妻在婚姻生活中的調整與適應，可分為對家族關係及夫妻關係的調適兩部分來談：

（一）家族關係的調適

在中國夫妻的婚姻關係中，常常牽扯到與上一代的互動，特別是妻子與男方父母之間的關係處理，妻子在面對家族中的關係處理時，通常採取兩種策略：「反求諸己」及「開創改變」（表 2-4-1）。

表 2-4-1 新婚妻子的家族關係調適策略

調適策略	行為表現	產生心境
反求諸己	察言觀色並順從上一代的要求與期望。	既苦且怨
	迎合上一代的期望，或至少不去挑戰，但在自身價值觀上做調適，以求和平相處。	苦而不怨
開創改變	在丈夫配合的情況下，借力使力造成上一代的改變。	不苦不怨
	以主動、激烈的直接面對的方法處理關係。	既苦且怨 不苦不怨

* 資料來源：利翠珊（1995）。

1. 「反求諸己」策略

「反求諸己」策略，是以傳統的忍耐精神，察言觀色並順從上一代的要求與期望，當無法達成期許時會產生自責心態，此種順從、忍耐的調適方法，容易產生「既苦且怨」的心境；「反求諸己」者也可能在行為上迎合上一代的期望，或至少不去挑戰，但在自身價值觀上做調適，一方面與上一代和平相處，一方面也為自己的情緒找合理出處，此種順從、隔離的方法會使個人產生「苦而不怨」的心境。

2. 「開創改變」策略

「開創改變」策略，則是藉助上一代所關心者的力量（通常是丈夫），造成上一代的改變，在丈夫願意配合的情況下，妻子運用這種主動、溫和的借力使力調適方法，會產生「不苦不怨」的心境；「開創改變」者的另一種行為，則是以主動、激烈的直接面對的方法處理關係，若運用得當，則可改變家中的權力關係，為自己爭取一些發言權，產生「不苦不怨」的心境，但若因某些開創性的作法激起上一代的防衛之心，可能反而造成上一代的不悅，形成代間關係的緊張，而使妻子產生「既苦且怨」的心境。

從妻子面對婚姻中家族關係的處理策略，可以發現採取「開創改變」策略的妻子較主動、積極於改變關係，應屬「發展傾向」者，在面對與上一代之關係的調適時，會採取主動出擊、改善關係的方法，而採取「反求諸己」策略的妻子，則為「命運傾向」者，對於與上一代關係的調適會採取消極接受關係的方法。

（二）夫妻關係的調適

新婚夫妻關係的調適，則可歸納出五種相處法則（利翠珊，1995）：其中，「忍耐克己」、「大事化小」、「迂迴繞道」此三種調適原則，主要是承襲中國傳統順天知命的態度，互動的方式是內隱而重形式的，偏向藉由自己的修養，化解婚姻中的爭端，而「直言不諱」、「公平互換」兩種調適原則，則隱含西方文化色彩，對雙方差異有較多實質且公開的處理，也會表現外顯的行為，此五種夫妻關係調適原則可分為「內隱而重關係形式」及「外顯而重關係處理」兩種態度，相當於婚姻信念之「命運傾向」與「發展傾向」概念。不同的婚姻信念，引導著新婚夫妻在面對夫妻關係之處理時，會採取消極被動適應關係或是積極主動改變關係的調適方法。

綜觀相關研究，則可發現持有「發展傾向」婚姻信念者較為相信婚姻關係是可以改變與成長的，使其在面對婚姻生活中的衝突與困難時，傾向採取較為積極主動且正向的策略處理婚姻調適問題，繼而增進其婚姻生活的調適，另一方面，婚姻信念為「命運傾向」者認為婚姻關係是命定無法改變的，一旦面臨婚姻衝突會容易產生埋怨、不平衡的心態或自認對於婚姻調適的改善無能為力，因而傾向採取指責伴侶的爭執策略或消極且負向的策略逃避婚姻調適問題，使其婚姻生活的調適無法有所改善。

因此，婚姻信念為「發展傾向」者的婚姻調適會較「命運傾向」者為佳；而「發展傾向」者也會較常採取正向回應、尋求社會支持等正向積極的衝突因應策略，「命運傾向」者則較常採取爭執、自我責備、自我興趣、逃避等負向消極的衝突因應策略。

進一步推測，則「發展傾向」者在婚姻衝突中愈常採用正向回應、尋求社會支持等衝突因應策略，其婚姻生活的調適情形會愈好；另一方面，「命運傾向」者在婚姻衝突中愈常採取爭執、自我責備、自我興趣、逃避等衝突因應策略，則其婚姻生活的調適情形會愈不好。