

## 壹、緒論

「素質－壓力」(diathesis-stress)是現在解釋精神病理的一個統整派典(paradigm)，它結合生物、心理及環境的因素來解釋個體異常行為產生的原因，其中心理素質可能來自於一些原因，而人格特質便是其中的一部分(Davison & Neale, 2001: 55)。根據此理論，個體必須有生物、心理或社會文化上的問題，使其易於發展成疾患的傾向，而且接著遭遇嚴重的壓力事件，才比較容易發病。以憂鬱症為例，有一種不利的基因和相關的生化異常傾向，使個體在喪失心愛的人時，更容易觸發此病情(林美吟譯，2012: 98)。有關憂鬱的「素質－壓力」模式也已獲得許多實徵研究的支持(Hilsman & Garber, 1995; Kwon & Laurenceau, 2002; Metalsky & Joiner, 1992)。

Coyne與Whiffen(1995)指出，構成憂鬱素質(diathesis)的人格必須是持久的特質，才會成為脆弱性(vulnerabilities)，當個體受挫時，才容易產生憂鬱。依此觀點，Joiner(1997)認為，害羞是造成憂鬱的一個危險因素，但卻未獲得應有的注意。研究已證實，害羞是一種持久的人格特性，Kagan與Snidman(1991)發現，害羞在生命的第一年之前就已出現，且研究顯示，害羞可以預測往後的心理及社交功能(Kagan & Resnick, 1986; Kagan, Resnick, & Gibbons, 1989; Kagan, Resnick, & Snidman, 1987, 1988; Schmidt et al., 1997; Strelau, 1995)。Kagan等人(1987)的研究發現，害羞兒童比非害羞兒童有更多交感神經系統的反應，特別是在心跳速率和血壓指數上更是明顯。Schmidt(1999)研究指出，害羞和較大的右前腦波動力有關。害羞有其生理上的基礎，學者指出，害羞和大腦中的杏仁核(amygdala)、視丘下部(hypothalamus)和海馬趾(hippocampus)有關(Carducci

& Zimbardo, 1995; Henderson & Zimbardo, 1998) , 而Arbelle等人 (2003) 的研究更發現, 害羞有其遺傳的因素存在。另外, 長期的研究也指出, 害羞特質對個體的影響可以持續到成年 (Caspi, Elder, & Bem, 1988; Kerr, Lambert, & Bem, 1996) , 可見害羞是一種持久的特質。另一方面, 研究也顯示, 害羞會造成個體的低度自尊 (蘇素美, 1995, 1996; Kemple, 1995; Lazarus, 1982; Mckelvy, 2003; Raygan, 1991; Schmidt & Fox, 1995; Smith & Betz, 2002; Stott, 1985) 、寂寞 (蔡銘津, 2004; 蘇素美, 1995, 1996; Jones & Carpenter, 1986; Prakash, 2003; Schmidt & Fox, 1995) , 甚至是憂鬱 (Joiner, 1997; Prakash, 2003; Schmidt & Fox, 1995; Smith & Betz, 2002; Traub, 1983) 。因此, 研究者乃將害羞視為可能造成個體憂鬱的一個脆弱因素, 探討害羞與憂鬱之間的關聯。

有關害羞與憂鬱之相關研究, 大多以歸因型態為中介變項進行探討, 因此, 以下擬先將探討「害羞與歸因型態」及「歸因型態與憂鬱」之間的關係, 再討論歸因型態在害羞與憂鬱之間的中介關係。

### 一、害羞與歸因型態

Pilkonis (1984) 假定, 歸因的歷程在害羞的發展和維持上是一個很重要的因素, 而Arkin和他的同事之研究發現, 非常害羞者和不害羞者相較, 害羞者認為自己應對失敗負更大的個人責任, 而且更會懷疑從別人身上所獲得的正向人際回饋之正確性; 而非害羞的人則將成功歸因於更多的個人因素 (Arkin, Appleman, & Burger, 1980; Arkin, Lake, & Baumgardner, 1986) 。此種害羞者的認知現象, 也獲其他研究的證實 (Johnson, Petzel, & Johnson, 1990; Teglasi & Hoffman, 1982) 。

探討害羞和非害羞者間歸因型態差異的研究大多發現: 害羞者歸因人際情境的負面結果於內在和不能控制的原因 (Anderson & Arnoult,