

## 第四章 綜合討論

### 第一節、高社交焦慮者在記憶作業之表現

#### 一、作業正確率

高社交焦慮組在單純記憶作業的正確率 (Pr) 高於低社交焦慮組，而在比較不同類型詞之正確率後，發現組間差異主要來源為中性詞，亦即高社交焦慮組在中性詞彙的假警報率較低。過去並未有文獻討論高社交焦慮者在記憶作業表現之正確率，然而影響正確率之可能原因甚多，故本研究僅以社交焦慮者之特性提出可能解釋，以認知作業本身而言，正確率越高表示對於受試者而言，舊項目與新項目的記憶強度差異越大，或區辨新舊項目的能力較強；而低假警報意味著受試者在判斷新項目時，是採取較為嚴謹的態度或不願犯錯；回到高社交焦慮者的特性，他們可能害怕其表現不佳而被負面評價，因而在作業情境下比一般人更為謹慎，因而有較低的假警報率。雖然筆者嘗試提出上述假設，然而正確率並非本研究所欲探討之重點，故本假設之合理性仍待後續研究加以檢驗。

#### 二、單純記憶作業

單純記憶作業之主要目的在與過去文獻之結果對照，本研究並未發現任何組間顯著差異，依照傳統對記憶偏誤之定義，即高社交焦慮者在威脅字之回憶量顯著高於低社交焦慮者，本研究亦未有記憶偏誤之支持證據，這個結果與過去研究一致 (Rapee et al., 1994; Cloitre, et al., 1995; Becker et al., 1999)。

然而，若分析兩組受試者之組內回憶情況，在自由回憶作業之各類型的刺激詞中，高社交焦慮組回憶出較高的正向詞彙 (相對於中性詞)，低社交焦慮組則無此差異；然而在隨後的再認作業中，高社交焦慮組並未再

認出較多的正向詞彙，因而何以高社交焦慮組對於正向材料的回憶偏好只出現在自由回憶作業而非再認作業，有其解釋的意義。由於自由回憶與再認作業兩筆資料是由完全相同之學習過程而來，因而可以合理假設此一差異來自於兩作業之認知歷程不盡相同，自由回憶作業的提取需要受試者較多有意識的努力，以及較為積極的主動搜尋已學習素材，相對而言，再認作業需要較少的努力，受試者較為被動地比對作業刺激與已學習素材並判斷是否曾經學習過，某種程度而言，自由回憶作業的結果反應了受試者較有意識主動提取之材料，而再認作業的結果則反應了受試者對材料之學習成果；依上述觀點，可以假設如下，高社交焦慮者在各類型的刺激詞之學習結果並無差異，然而當要求其自由回憶時，高社交焦慮者傾向提取更多的正向刺激。

過去記憶偏誤研究對於正向訊息的處理少有著墨，或只採用一般性正向刺激，本研究使用具評價性之社交正向刺激詞，因而正向刺激詞之回憶情形亦為本研究重點之一，在文獻探討的章節曾經提到，學者認為社交焦慮者與憂鬱患者的許多共通性，都可以預測高社交焦慮者對於提取正向記憶有困難 (Wenzel et al., 2004)；近年來所發現社交焦慮者另一重要特徵為害怕正向評價 (Weeks et al., 2007)，亦可以假設他們對正向訊息的認知處理上與一般人有所不同，有趣的是，本研究的自由回憶作業結果清楚顯示，高社交焦慮組回憶出較多的正向詞，顯示對正向素材的記憶偏好，或稱正向偏誤 (positive bias)，且此正向偏誤並不見於再認作業結果，依循前面的討論脈絡，可解釋為正向偏誤並非來自於學習階段的認知處理差異，而是高社交焦慮組者偏好在記憶中主動提取正向素材，而社交焦慮者表現的正向偏誤與其病理之關係，將於最後一併討論。

### 三、指示遺忘作業

本研究預測高社交焦慮組與低社交焦慮組同樣出現指示遺忘效果（假設 1），如同預期，兩組在指示記住項目之回憶量皆大於指示遺忘項目之回憶量，顯示高社交焦慮組對於訊息的一般性主動遺忘能力與低社交焦慮組並無不同。本研究預期高社交焦慮者將抑制負向刺激的回憶，此一抑制效果出現在 TBF-T（假設 3），而非 TBR-T（假設 2），然而結果顯示兩組不論在 TBR-T 項目或 TBF-T 項目都沒有組間差異，故僅有假設 2 獲得支持。

正向刺激材料方面，本研究假設低社交焦慮組在 TBR-P 的回憶量顯著高於 TBR-N 及 TBR-T（假設 4），如同預期，低社交焦慮組出現顯著的正向偏誤，回憶出較多指示記住的正向詞（相對於中性詞及威脅詞），然而，本研究隨後假設高社交焦慮組在 TBR-P 的回憶量將顯著低於低社交焦慮組（假設 5），出乎意料的，高社交焦慮組同樣回憶出較多指示記住的正向詞（相對於中性詞及威脅詞）。在 TBF 項目中，本研究假設高社交焦慮組在 TBF-P 的回憶量將低於低社交焦慮組（假設 6），結果並無顯著組間差異，不支持研究假設。

結果進一步顯示，雖然兩組受試者在指示遺忘作業的 TBR 項目同樣出現正向偏誤，然而在 TBF 項目，低社交焦慮組的正向偏誤仍然存在，高社交焦慮組的正向詞記憶偏好現象卻已經消失，在三種類型詞的回憶量並無差異。類似的情況出現在隨後的再認作業中，在 TBR 項目，兩組在三種類型詞的回憶量沒有差異，但在 TBF 項目，正向偏誤則只見於低社交焦慮組，高社交焦慮組則缺少這種正向偏誤，然而兩組的差異並非來自高社交焦慮組對正向刺激的特別抑制，而是低社交焦慮組即使在被要求遺忘的情況下，仍然回憶出較多的正向刺激，因此，與其說高社交焦慮組在 TBF-P 回憶量較低，不如說低社交焦慮組在 TBF-P 回憶量較高更為貼切。

回到指示遺忘作業本身的認知機制，如前文所述，研究顯示 TBF 項目的處理包含個體主動將注意力從刺激項目移開以及前額葉相關的選擇抑制歷程 (Taylor, 2005; Wylie et al., 2007)，低社交焦慮組不論在自由回憶或再認作業中都反應較多的 TBF-P 項目，顯示他們對於 TBF-P 項目的抑制可能並「不完全」，當低社交焦慮組被要求對正向詞遺忘時，即使他們試圖遵從指示，仍無法像處理中性詞那般將注意力移開或抑制複誦，因而造成回憶上的正向偏誤，相對的，高社交焦慮者在遺忘正向訊息及中性訊息的遺忘上則無此差異。

以上結果可以假設，在記住的情況下，高社交焦慮者與一般人同樣傾向提取正向訊息，然而，一般人即使在主動遺忘的情況下，其注意力仍然對於正向評價訊息有所偏好，抵抗遺忘的能力較強，因而除了記憶能保留較多正向素材外，也能避免受到負向評價訊息的影響，形成一種保護機制，而高社交焦慮者因為缺乏這種保護性機制，所以較一般人容易受到負面評價的影響。

#### 四、相關分析

從指示遺忘作業的結果討論可知，社交焦慮者的記憶偏誤主要出現在較一般人容易遺忘正向訊息，但從「記住」的觀點，卻與一般人同樣都有正向偏誤，從表面數據看來，高社交焦慮組與一般人在記憶正向材料的「數量」上並無不同，然而，若加入了相關分析的結果，在心理病理的意涵又可更進一步推論；統計分析顯示，低社交焦慮組中，FNE 得分與 TBR-P 回憶量成負相關，即社交焦慮越低的人，記得越多正向刺激詞，這個結果是符合直覺也容易理解的，若個體能記住較多的正面評價訊息，也許對他人的負面評價有較佳的抵抗能力，因而不至於有過高的社交焦慮，然而，問

題在於如何解釋在高社交焦慮組中，何以社交焦慮越高的人反而記得越多正向刺激詞？

相關分析發現，高社交焦慮組的 FNE 得分與 TBR-N 回憶量成正相關，即社交焦慮越高者，在指示其記住的項目上，除了回憶出較多正向詞外，也回憶出較多的中性詞，換言之，社交焦慮越高者回憶出越多「非威脅詞」。此外，高社交焦慮組 FNE 得分與 TBF-T 回憶量成負相關，即社交焦慮越高的人，回憶出越少指示忘記的威脅詞，以指示遺忘作業的認知機制而言，社交焦慮程度越高的個體，越傾向去抑制負面評價訊息，或將注意力從威脅刺激移開。更進一步，TBF-T 與 TBR-P 回憶量成負相關，顯示對 TBF-T 項目的抑制伴隨著較高的 TBR-P 回憶量。綜合上述資料，我們推論高社交焦慮者與一般人同樣都有維持良好自我形象的需求，然而相較於一般人，高社交焦慮者對於正向訊息較容易遺忘，缺乏保護自尊的機制，更容易受到負向評價的威脅，因而他們傾向去抑制負面評價，而將注意力資源投注於非威脅性訊息上，特別是去記得更多正向評價訊息，以維持良好的自我形象。

一般人又是如何維持心理健康呢？指示遺忘作業的結果顯示，低社交焦慮組不論在 TBR 或 TBF 項目，都有回憶的正向偏誤；在相關分析發現，TBR-P 回憶量與 FNE 得分成正向關，即記得越多正向詞者，社交焦慮越低，而 TBF-P 與 TBR-T 回憶量成負相關，顯示回憶出越多的指示遺忘正向詞伴隨著較低的指示記住威脅詞。綜合上述資料，我們推論正常人大部份的注意力都投注於正向訊息上，甚至在主動遺忘的情況下也不例外，這使得個體得以記住較少的威脅訊息，以及有較低的社交焦慮，換言之，這種穩定的正向偏誤具有保護作用，使得正常人較不易受到威脅訊息的影響。

## 五、總結

本研究認為高社交焦慮者缺乏正向偏誤的保護機制，較一般人容易遺忘正向訊息，因而更容易受到負面評價的影響，於是他們傾向抑制負面評價訊息，將注意力投注在非威脅性訊息，並努力記住正向評價，換言之，他們透過逃避負面評價的方式維持良好的自我形象。以此觀點，社交焦慮者與一般人都有維持自尊及自我形象的需求，然而關鍵在於使用策略上的不同，一般人將大部分注意力都投注在正向評價訊息上，因而不易受到負面訊息的威脅；社交焦慮者雖然試圖抑制威脅訊息，將注意力放在非威脅訊息上，以逃避負面評價的影響，然而文獻顯示社交焦慮者的注意力有難以脫離(disengage)威脅刺激的現象(Amir, Elias, Klumpp, & Przeworski, 2003)，且他們對威脅訊息有隱性記憶偏誤(Amir et al., 2000; Amir et al., 2003)，這些結果似乎都在指出，雖然在顯性記憶研究並未支持社交焦慮者有記憶偏誤，但顯然社會焦慮者並不能完全免除威脅訊息的影響，因而我們不禁要反過來思考，如此的策略是否並不像表面看起來那樣的有效？根據情緒處理(emotional processing)理論，唯有當各種新訊息都能被允許進入既存的恐懼結構(fear structure)中，包括能夠增加以及減少情緒反應的訊息，才能透過經驗的整合來改變結構進而降低恐懼反應(Foa & Kozak, 1986)。以此觀點，社交焦慮者對於威脅刺激的抑制或逃避，使新訊息無法得到進一步處理，也降低恐懼結構改變的可能性，因而他們即使努力抑制也無法免除威脅訊息的影響。

高社交焦慮者的病理機制究竟為「過多負向特質」或「缺乏正向特質」？本研究結果較為支持後者，亦即社交焦慮者主要問題並不在於比一般人記得更多威脅訊息，反而是一般人在主動遺忘的情況下，仍然具有正向偏誤的保護機制，而社交焦慮者缺少此一正向特質，因而容易受到負面評價的影響。Arkin 等人發現，雖然個體在社會情境中，都有尋求讚賞與

避免責難的行為及需求，然而，相對於低社交焦慮者採用較為討人喜愛的自我呈現策略，以贏得社會讚許，高社交焦慮者多採用較為審慎端莊 (modest) 的自我呈現策略，以避免負面的評價，簡而言之，一般人慣用尋求讚賞 (reward oriented) 策略，而高社交焦慮者則多使用避免責難 (cost oriented) 策略 (Arkin et al., 1980)。根據本研究所推論的假設，一般人對於正面評價訊息有所偏好，因而傾向尋求讚賞，因而有正向偏誤的保護機制，而社交焦慮者之所以採取較一般人更為「保守」的策略，乃是因為他們缺乏保護機制，更容易受到負向評價的影響，因而傾向避免被負面評價的可能性。

本研究結果有兩個重要意涵，其一，高社交焦慮者的記憶偏誤並不像傳統理論或研究所強調的，只出現在威脅性訊息，如同前文所提，對記憶偏誤的狹隘定義可能限制了研究方向與研究結果的詮釋，換言之，在高社交焦慮者病理研究中，不能忽略的方向是高社交焦慮者對於正向訊息的認知處理機制；其二，以往研究記憶偏誤多從「記住」的觀點出發，然而本研究的證據顯示，對於社交焦慮者的心理病理研究，「遺忘」更是不可忽略的關鍵，若能對遺忘的機制有更深的瞭解，例如注意力與選擇性抑制的相關典範，便能進一步檢驗本研究所提出之相關假設。

## 第二節、研究限制與未來研究方向

### 一、研究樣本

本研究採用大學生受試者為對象，為非臨床樣本，若欲推論研究結果至臨床診斷之社交畏懼症患者，仍需進一步研究資料支持。此外，高社交焦慮組的憂鬱量表得分變異相當大（標準差=7.31），最低者0分，最高者32分，因而在憂鬱這個向度上的異質性較高，雖然本研究之統計已將憂鬱程度列為共變數分析，然而，因為憂鬱程度較高者對於他人之評價亦相當敏感，或表現出與社交焦慮者相似之特質，因而我們無法確知，在社交焦慮量表與憂鬱量表得分皆高之受試者，其核心特質為社交焦慮亦或憂鬱，為了解決此問題，後續研究若在條件許可情況下，可將受試者分為高社交焦慮組、高社交焦慮且憂鬱組、憂鬱組、控制組等四組，以排除病理上的混淆現象。此外，本研究並未控制組間之性別比例，高社交焦慮組女性比例較高（75%），低社交焦慮組男性比例較高（60%），後續研究可藉由實驗控制排除性別變項的可能影響。

### 二、正向刺激材料

本研究與以往記憶研究採用之正向刺激材料不同，選用具評價性之社交正向詞，理論上，同時使用一般正向及社交正向兩類刺激詞彙，然而本研究以受試者自由回憶之資料為主，預試結果顯示，在指示遺忘作業中，指示記住項目的總回憶率為35.4%，指示忘記項目的總回憶率為7.53%，考慮受試者記憶容量（capacity）的限制，若增加刺激詞數量可能使各類型刺激字的回憶率過低，因而本研究僅採用社交威脅、中性、社交正向三類刺激詞，未來研究若欲澄清不同正向刺激詞扮演的角色，可同時納入實驗設計中，而以再認作業為主可避免回憶率過低之情況。



### 三、統計分析

本研究主要推論資料為組內差異比較之結果，然而方法學上的限制使此一分析方式無法排除憂鬱因素的影響。此外，本研究部份結論係以相關分析之結果佐證，因而無法迴避因果關係不明的問題，後續研究可考慮以更嚴謹之實驗操弄檢驗本研究之假設。

### 四、未來研究方向

本研究的證據顯示，在社交焦慮者的病理研究上，正向訊息的認知處理是值得探索之方向，這與 Weeks 等人關切的害怕正向評價特質不謀而合，未來研究可考慮以認知作業結合害怕正向評價量表（FPES）的施測，將可對社交焦慮者之病理機制有進一步的瞭解。