

第五章 綜合討論

第一節 高社交焦慮者對於情緒刺激的注意力偏誤

一、 注意力偏誤--線索有效性指標分數的探討

根據 Beck 與 Bower 的認知理論，高社交焦慮者具有與社交焦慮有關的基模，他們容易將注意力朝向與自身基模相關的訊息上，故可預測高社交焦慮者整體注意力傾向會朝向與社交焦慮有關的刺激。其次，本研究中另一個關心的自變項是「誘發社交情境焦慮」是否會對於高社交焦慮者的注意力偏誤造成影響。本研究主要是根據過去 Mansell 等人（1999）與 Helfinstein 等人（2008）對於誘發情境焦慮的看法，分別預測被分派至社交焦慮情境中的高社交焦慮組，與低社交焦慮組相比，具有對與社交焦慮有關詞彙的注意力偏誤，或是被分派至社交焦慮情境中的高社交焦慮組在對於與社交焦慮有關詞彙的注意力偏誤消失了，反而未被分派至社交焦慮情境中的高社交焦慮組，與低社交焦慮組相比，具有對此類詞彙的注意力偏誤。

本研究試圖藉由 Fox 等人（2002）所採用的線索典範作業，探討高社交焦慮者對於情緒性刺激的注意力偏誤，因此在本研究中主要採用兩個依變項，一個是「線索有效性指標分數」，藉此以瞭解高社交焦慮者的整體注意力傾向；另一個是「對目標物的反應時間」由此可以從無效線索與有效線索狀況中，瞭解高社交焦慮者在線索為不同詞彙類別時對目標物的反應時間。

在「線索有效性指標分數」中，本研究有以下三個主要發現：第一、當線索是社交正向詞彙時，被分派至社交焦慮情境中的高、低社交焦慮組，在線索有效性指標分數上具有顯著差異，進一步發現高社交焦慮組的線索

有效性指標分數明顯比低社交焦慮組的低。第二、但當線索是一般類別（包括中性、一般正向及一般威脅）與其他類別詞彙時，被分派至社交焦慮情境中的高、低社交焦慮組，在線索有效性指標分數上並無顯著差異。第三、當線索為所有類別時，未被分派至社交焦慮情境中的高、低社交焦慮組在線索有效性的指標分數上並無顯著差異。根據以上的發現較支持研究假設 1-1，也就是說此結果較支持 Mansell 等人（1999）所提出對於誘發情境焦慮的觀點，即在社交焦慮情境中，高社交焦慮者與低社交焦慮者，在對於社交正向詞彙的整體注意力傾向是有差異的。我們進一步發現被分派至社交焦慮情境中的高、低社交焦慮組，對於社交正向詞彙的整體注意力傾向上的差異主要是被分派至社交焦慮情境中的高社交焦慮者，比起低社交焦慮者，較少將注意力投注在社交正向詞彙上。

二、 注意力偏誤--線索典範作業中反應時間的探討

若以對目標物的反應時間為依變項來探討高社交焦慮者的注意力偏誤，從本研究結果中有以下發現：第一、在無效線索狀況中，當線索是社交正向詞彙時，被分派至社交焦慮情境中的高社交焦慮組，對於目標物的反應時間，明顯比同誘發情境中之低社交焦慮組的反應時間快，此支持研究假設 1-2(b)。第二、在無效線索狀況中，當線索為一般類別（中性、一般正向、一般威脅）及其他類別詞彙時，被分派至社交焦慮情境中的高、低社交焦慮組，在對目標物的反應時間上並無顯著差異；第三、在有效線索狀況中，當線索為所有的詞彙類別時，被分派至社交焦慮情境中的高、低社交焦慮組，對於目標物的反應時間並無顯著差異。以上這兩個發現僅支持研究假設 1-2(c)。

另外，第四個研究發現是未被分派至社交焦慮情境中的高、低社交焦慮組，在無效線索和有效線索狀況下對於目標物的反應時間皆無顯著差異，此結果支持研究假設 1-2(d)。

綜合以上的發現，本研究結果較支持 Mansell 等人(1999)以及 Bradley 等人(1997)的發現，也就是在有社交焦慮誘發情境之下，高、低社交焦慮者的對於社交正向訊息的注意力傾向具有顯著差異，但是在無社交焦慮情境下，兩組的注意力傾向則無顯著差異。而此差異主要是高社交焦慮者對於目標物的反應時間明顯比低社交焦慮者的快。此結果也可以呼應我們在「線索有效性指標分數」上的發現，也就是在有社交焦慮情境中，高社交焦慮者比起低社交焦慮者，較少將注意力投注在社交正向詞彙上。關於這部分所獲得的結果與其心理病理之間的關係，將於最後一併討論。

三、 社交情境焦慮的影響

本研究關心的另一個主要自變項是「誘發社交情境焦慮」，結果顯示當線索為社交正向詞彙時，被分派至社交焦慮情境中的高社交焦慮者在無效線索狀況下，對目標物的反應時間明顯比低社交焦慮者的快，而且被分派至社交焦慮情境中的高社交焦慮組，對於線索是社交正向詞彙的線索有效性指標分數明顯比低社交焦慮組的低；但未被分派至社交焦慮情境中的兩組之間則無顯著差異存在。因此，誘發社交情境焦慮的有無，對於高、低社交焦慮者對於社交正向訊息的整體注意力傾向是有影響的。

另外，在誘發社交焦慮情境程序的檢驗中，我們發現誘發社交焦慮情境的程序確實有提升高社交焦慮組的情境焦慮，但是此效果並沒有延續到整個實驗完成之後；但對於低社交焦慮者而言，此誘發程序對其焦慮程度的改變並沒有影響。由於情境焦慮是一種狀態性的焦慮，此狀態性焦慮雖

然可以藉由我們的實驗操弄所改變，但同時也非常容易再次受到外界環境刺激的影響而改變，或者被升高的情境焦慮可能隨著時間而逐漸降低。因此，在完成線索典範作業之後受試者在誘發程序之後被提升的情境焦慮的效果消失了，此有可能受到實驗程序重複且單調，以及時間較長使受試者感到疲倦或不耐煩等因素的影響。

四、與過去研究發現不一致的討論

本研究結果並沒有證據支持 Beck 與 Bower 的認知理論以及過去許多學者對於高社交焦慮者在注意力偏誤的研究發現，他們較多認為高社交焦慮者具有對社交焦慮有關之刺激的注意力偏誤，尤其是對於社交威脅訊息。

為了探討造成本研究結果與過去研究發現不一致的可能原因，研究者嘗試將八個社交威脅詞彙個別與其他六個詞彙進行分析，在此研究者以線索有效性指標分數為依變項，各自計算八個社交威脅詞彙的線索有效性指標分數，並進行（組別*情境*詞彙類別）三因子混合設計的變異數分析。結果發現，有些社交威脅詞彙（例如：侮辱、殘忍及孤獨）的線索有效性指標分數，明顯比其他六個類別的詞彙的線索有效性指標分數高，而「苦惱」詞彙，在高社交焦慮組中也比中性、一般正向及社交正向的線索有效性指標分數高；但是其他社交威脅詞彙（例如：焦急、窘境、尷尬及偏見）的線索有效性指標分數並沒有發現有比其他詞彙高的現象。

另外，研究者試圖將「侮辱、殘忍、孤獨及苦惱」四個詞彙歸類為新的社交威脅詞彙類別，並計算新社交威脅詞彙的線索有效性指標分數，然後與其他六類詞彙進行比較。結果發現新的社交威脅詞彙在有誘發社交焦

慮情境中的線索有效性指標分數，明顯比其他六個類別詞彙的高。而且在高社交焦慮組中，新的社交威脅詞彙的線索有效性指標分數明顯比其他六個類別詞彙的高，除此之外，並沒有其他的發現。

由以上可知，本研究結果與過去研究發現不一致的可能原因如下，第一、是本研究所挑選的八個社交威脅詞彙對於高社交焦慮者而言並非都足以引起其焦慮感受。但將足以引起威脅的社交威脅詞彙重新分析之後，發現相較於其他類別詞彙，高社交焦慮者會將較多的注意力投注在社交威脅詞彙上，但低社交焦慮者則無此注意力偏誤。而且相較於其他詞彙類別，在有誘發社交焦慮情境中的受試者會將較多的注意力投注在社交威脅詞彙上。第二、仍受到詞彙刺激本身的限制，也就是說當受試者在線索典範作業中僅看見雙詞彙出現在螢幕上，若要單從看見情緒的雙詞彙要引發受試者的焦慮或威脅感受仍有一段距離，所以詞彙刺激生態效度較低仍有可能限制本研究在社交威脅詞彙上的結果。

五、總結

在本研究結果主要發現，在社交焦慮情境中，高社交焦慮者比起低社交焦慮者，較不容易將注意力投注在社交正向訊息上，而高、低社交焦慮者對於其他類別的詞彙的注意力傾向並無明顯差異；同樣地在無社交焦慮情境中，高、低社交焦慮者對於所有類別詞彙的注意力傾向皆無顯著差異。此結果較支持 Kashdon (2004,2007) 的觀點，認為高社交焦慮者相較於低社交焦慮者可能具有缺少正向經驗與正向情感的特性。

回溯過去相關研究，我們發現在探討高社交焦慮者之注意力偏誤的研究中，對於正向訊息的處理較少有著墨，通常使用的刺激類別為不同類別的威脅刺激及中性刺激，若有採用正向刺激，也多採用一般性正向刺激，

而且過去評估高社交焦慮者之正向情感的研究也較少。其次，Moser, Huppert, Duval 與 Simons(2008)從 ERP 的研究中發現，高社交焦慮者比低社交焦慮者較缺乏正向偏誤的處理歷程是出現在刺激處理的早期階段、涉及有關資源競爭與反應監控的處理歷程；而在精緻化的刺激處理階段，高社交焦慮者反而呈現負向的偏誤，然而在本研究中詞彙線索出現到目標物出現的持續時間為 300 毫秒，只操弄一個持續時段，並無法驗證 Moser 等人所提出對於高社交焦慮者之認知處理偏誤的觀點，但此可作為未來研究的方向之一。

然而高社交焦慮者的注意力機制究竟是「具有與社交焦慮有關的偏誤」或是「缺少社交正向的偏誤」？目前本研究的結果較支持後者。雖然在上節曾嘗試將較足以引發受試者威脅或焦慮感受的社交威脅詞彙重新分析，但是僅發現相較於其他六個詞彙，高社交焦慮者會將注意力較多投注在社交威脅詞彙上，且在誘發社交焦慮情境中的受試者，相較於其他六類詞彙，也會將較多的注意投注在社交威脅詞彙上，但除此之外，並沒有證據顯示在不同誘發社交焦慮情境下，高、低社交焦慮者對於社交威脅詞彙的注意力傾向。然而卻有較多的證據指出高社交焦慮者在社交焦慮情境中，比起低社交焦慮者較少將注意力投注在社交正向詞彙上。

在重新將社交威脅詞彙分類並進行分析之後，本研究目前的結果發現，雖然高社交焦慮者相較於其他詞彙類別，會容易去注意到社交威脅訊息，但亦發現高社交焦慮者比一般人較缺少社交正向偏誤。由於一般人具有正向偏誤，較容易在社交情境中敞開表達並與他人分享正向感受，而且此正向偏誤能夠過濾外在環境的訊息，特別是當個體面對負面評價或情緒時，此機制具有保護作用（Taylor & Brown, 1988）；但高社交焦慮者因為缺少此正向偏誤，所以在社交情境中，高社交焦慮者常面臨一種衝突，即一方

面具有想要獲得好印象且被他人接受的渴望，但一方面又具有以下信念，包括被拒絕的可能性很高且此代價很大；社交互動會讓自己產生不想要或負面的想法以及隱藏或抑制情緒經驗會使自己更具有吸引力（例如：自己看起來不是軟弱的）。因此，當他們長期企圖去逃避焦慮感覺與隱藏去表達情緒經驗時會過於消耗其自我調節的資源，而使其缺乏正向經驗和正向情感（Kashdan & Breen, 2008）。

另外，根據 Clark 與 Wells(1995)對於社交焦慮認知模式中，高社交焦慮者在進入覺得受威脅的社交情境中，他們會過於將注意力焦點放在與自我關注的訊息上，包括開始檢視自己是否符合社交場合的期待，而阻礙高社交焦慮者對於正向訊息的資源分配（Kashdan, 2004）。Hirsch 和 Mathews（2000）認為高社交焦慮者缺少一般人對於社交事件的正向推論偏誤，所以在面對模糊且與自我相關的訊息時，一般人傾向作正向的推論，但是高社交焦慮者缺乏此傾向，因而時常感到自尊受到威脅。

總而言之，本研究結果雖然缺少有力的證據支持過去對於焦慮疾患的認知理論或研究所強調的，高社交焦慮者的注意力偏誤是與社交焦慮訊息有關，尤其是社交威脅訊息；但卻發現高社交焦慮者相較於一般人，缺乏正向偏誤的保護機制，所以當在具有社交威脅的情境中，高社交焦慮者會選擇性去忽略社交正向訊息，但一般人反而會將大部分的注意力都投注在社交正向訊息上。因此，在未來探討高社交焦慮者的病理研究中，不能忽略的方向是高社交焦慮者對於社交正向訊息的認知處理機制。

第二節、研究限制與未來研究方向

一、 研究樣本與受試者分類上的考量

本研究採用國立政治大學的大學生為施測對象，為非臨床樣本，若要推論研究結果至臨床診斷的社交畏懼疾患，仍須進一步研究資料的支持。其次，本研究是以社交迴避與苦惱量表及害怕負面評價量表作為團體施測的篩選量表，然而這兩量表的測量有其時效性，有可能隨著測量時間的不同而出現在量表得分上的變化，所以研究者進行研究篩選過程中，發現許多原本符合高低社交焦慮傾向標準的受試者，在正式實驗中重新測試之後，可能因為其中一個量表未達篩選標準而無法被分到任何一組中。因此，除了以此兩種量表作為分類依據之外，或許可以再透過簡單的晤談來確定受試者的組別。

二、 實驗刺激材料

本研究採取的詞彙類別有七類，請受試者評估每一詞彙的類別、情緒激發強度（Arousal）及情緒性（valence）。然而在正式實驗中所選用的五十六個詞彙是透過預試的受試者所評估出來的，但當正式受試者再對這些詞彙重新評估時，有六個詞彙被分配到原來類別的百分比降低而被分派至其他的類別的百分比升高，然而為了使原實驗設計在每個類別的詞彙配對是穩定的，在進行資料分析時仍以原實驗設計的詞彙分類為主。另外，本研究所採取的皆是雙詞彙，目的是為了使呈現在線索典範作業的詞彙在詞頻、筆畫上及長度上沒有差異，但雙詞彙在許多情緒性用字可能是相近的，而且也有受試者反應當他們再評估這些詞彙特性的標準會不一致。其次，在類別評估中是請受試者對一般、社交及身體有關詞彙分類至 1、2、3 個分數中，然而以此分類的方式在可能過為果斷。

另外，在之前也已提到詞彙刺激的生態效度較低，可能有些詞彙不足以引發受試者的焦慮或威脅感受，而影響了研究結果。基於以上的限制，可能有以下幾種努力的方向：首先，在類別的評估上，改以符合該類別百分比的比進行評估，並選出符合百分比較高者作為實驗刺激材料；其次，在預試階段或許可將受試者的數量增加，例如可以增加至一兩百位，但須考慮到施測時間較長，或許可以減少候選詞的數目。最後，目前國內已有學者著手進行情緒詞的常模建立，當有較為穩定的國內常模可參照時，更有助於探討社交焦慮者對情緒性刺激的注意力偏誤，並更能有效地澄清不同類別的正向、威脅刺激詞在不同心理疾患中所扮演的角色。

三、社交焦慮情境的操弄

在本研究發現雖然分派到不同焦慮情境的受試者在情境焦慮程序誘發之後，確實在焦慮狀態上有明顯不同，然而此情境焦慮在將近半小時到四十分鐘的實驗後，此情境焦慮效果並未持續到實驗後。因此未來研究可以思考是否不僅給予受試者誘發情境焦慮的指導語，而是請受試者實際經歷即時演說或與陌生人互動的社交情境等等，並合併採用攝影機拍攝，使其情境焦慮能持續較久。

四、未來研究方向

本研究的證據顯示，在社交焦慮者的注意力偏誤的研究中，對於社交正向訊息的訊息處理機制是值得探索的方向，並且若要更清楚高社交焦慮者相較於一般人對於社交正向訊息的注意力處理機制，也可進一步使不同的呈現時間，例如較短的呈現時間（例如 100ms）或較長的呈現時間（例如 IOR 作業）檢視高社交焦慮者對於社交正向訊息的注意力處理歷程。另外，在未來的研究中可加入害怕正向評價量表或評估受試者正向情感的施測，以對高社交焦慮者的心理病理機制有進一步地瞭解。