



情緒壓抑與婚姻品質： 寂寞感的間接與跨期影響

蔡葦諳
佛光大學心理學系

研究目的

本研究以臺灣已婚成人為對象，探討情緒表達壓抑、寂寞感與婚姻品質之間的關聯，並檢驗情緒表達壓抑是否透過寂寞感間接影響婚姻品質。此外，本研究進一步分析性別差異，與年齡是否會調節寂寞感到關係的當期與跨期效應。

研究假設

- 假設1（中介效果）：情緒表達壓抑對日後婚姻感情有負向影響，此影響部分透過個體的寂寞感上升而影響
- 假設2（性別差異）：上述路徑在男性與女性之間是否存在差異
- 假設3（年齡調節）：年齡可能調節情緒抑制經由寂寞影響婚姻品質的過程，檢驗男性和女性，情緒表達壓抑所導致的寂寞感對婚姻感情的負面影響是否受到年齡而不同。

研究設計

本研究屬於非實驗性量化研究，使用家庭動態調查三波追蹤資料，從2020，2022，2024年三年追蹤調查資料：

已婚並維持婚姻關係受訪者2,384位作為研究樣本，

男性1,256 (52.7%)

女性1,128 (47.3%)

年齡平均45.4 歲(標準差13.0，27-83歲) (2020年)

教育程度國小及以下 188 (7.9%) 國中 132 (5.5%)，高中職 521(21.9%)，專科 299 (12.5%) 大學 875 (36.7%) 研究所以上 368 (15.4%)。

測量變項

- 情緒表達壓抑（2020）
編修自情緒調節問卷（Emotion Regulation Questionnaire, ERQ）
a.您會讓自己的情緒不輕易表現出來（「1」非常不符合，「7」非常符合）
- 寂寞感（2020, 2022, 2024）
取自De Jong Gierveld Loneliness Scale
b.感到空虛（「1」從未，「5」總是）
- 與配偶感情之好壞（2020, 2022, 2024）
您和您的配偶的感情好不好？（「1」非常不好，「5」非常好）

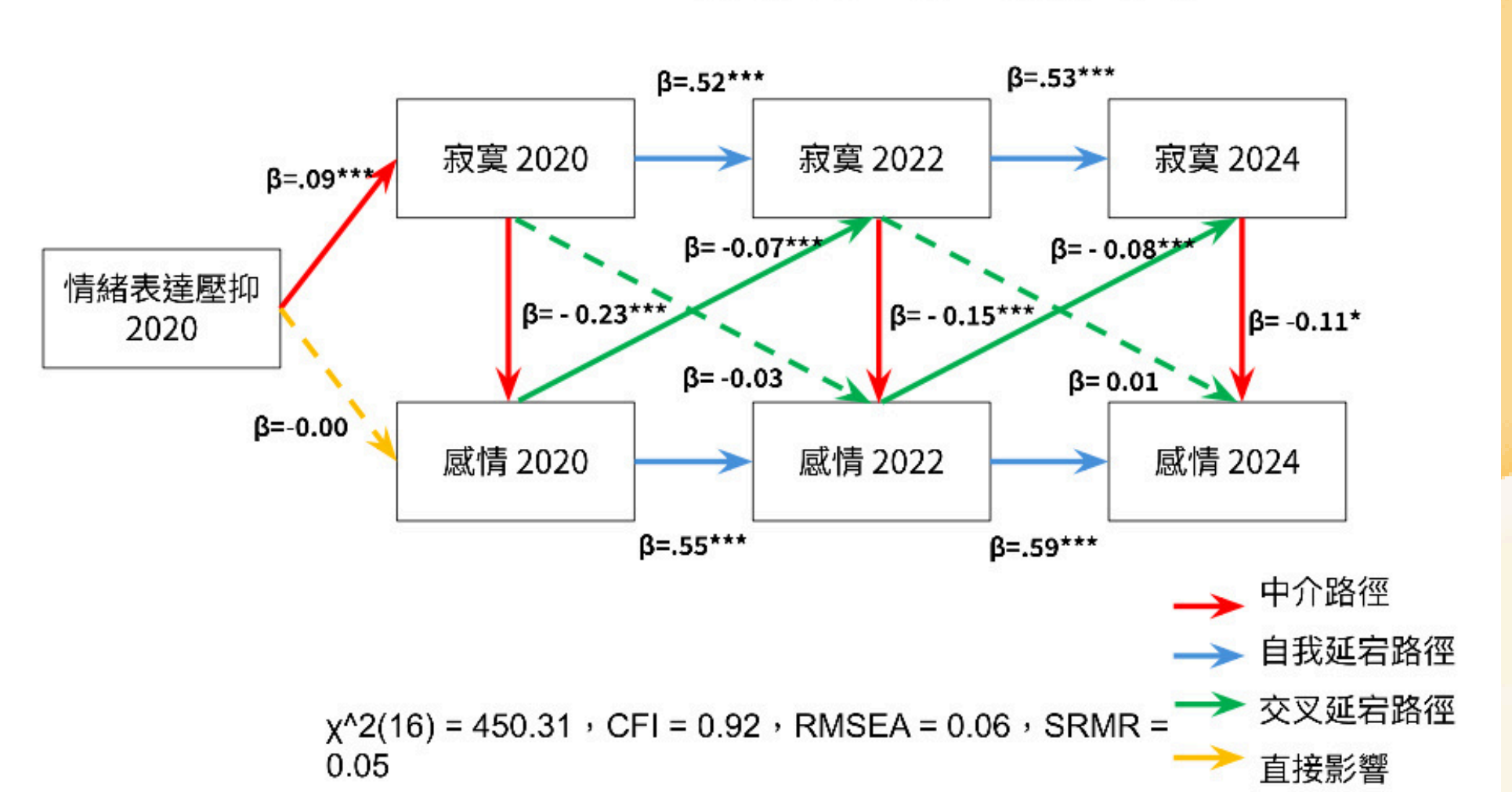


分析方法

- 首先利用結構方程模型（SEM）對整體樣本估計CLPM模型，以檢視情緒壓抑、寂寞、婚姻品質三者隨時間推移的交互影響。
- 接著採用多群組分析（Multi-group SEM）考察性別差異：將樣本依性別劃分為男性組與女性組，同時估計兩組的模型。
- 為檢驗年齡的調節作用，我們在性別模型基礎上進一步引入年齡調節。由於年齡為連續變項，我們透過在結構模型中加入交互項的方式執行

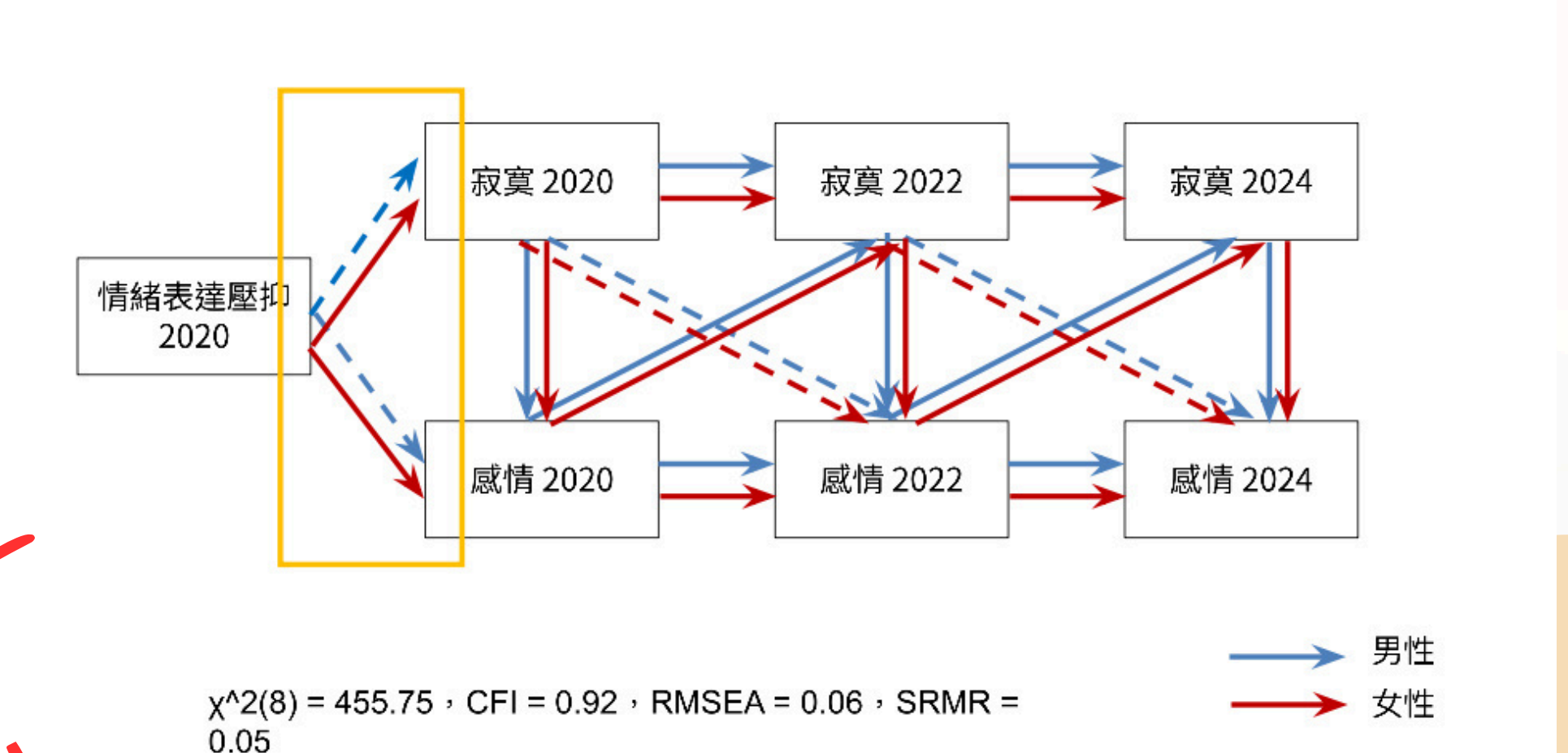
分析結果

CLPM 結果（全樣本）



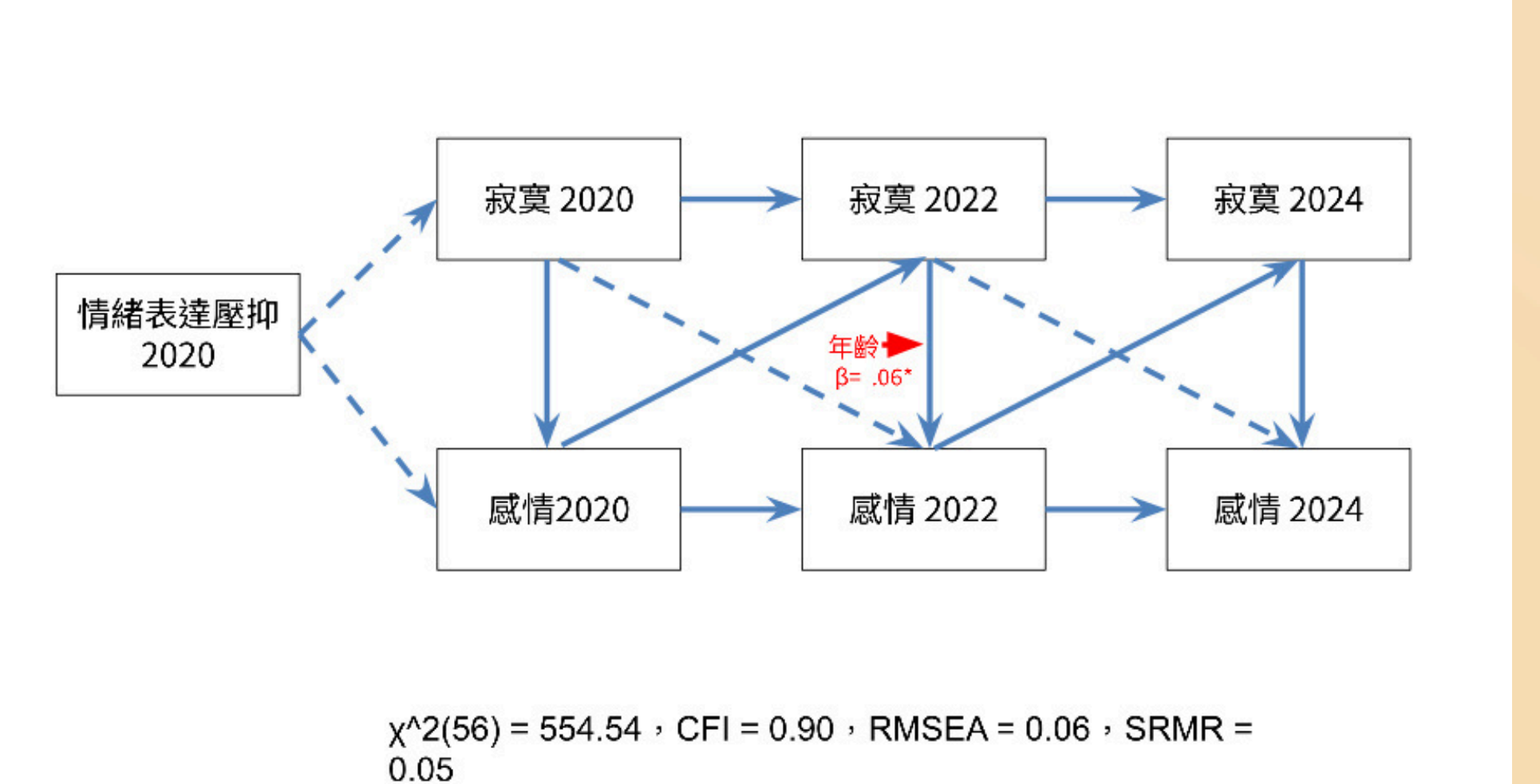
- 個體的情緒表達壓抑傾向與較高的寂寞感顯著相關
- 寂寞感強烈地反映在較差的婚姻感情上，感到愈寂寞的受訪者，對婚姻關係的評價愈差
- 婚姻感情品質具有「緩衝」寂寞未來發生的作用：婚姻滿意度較高的人，後續較不易感到寂寞
- 情緒表達壓抑除了透過寂寞影響感情外，直接影響不顯著，所以並非全然負面，在華人文化脈絡下具有複雜意涵。

CLPM 結果（性別比較）

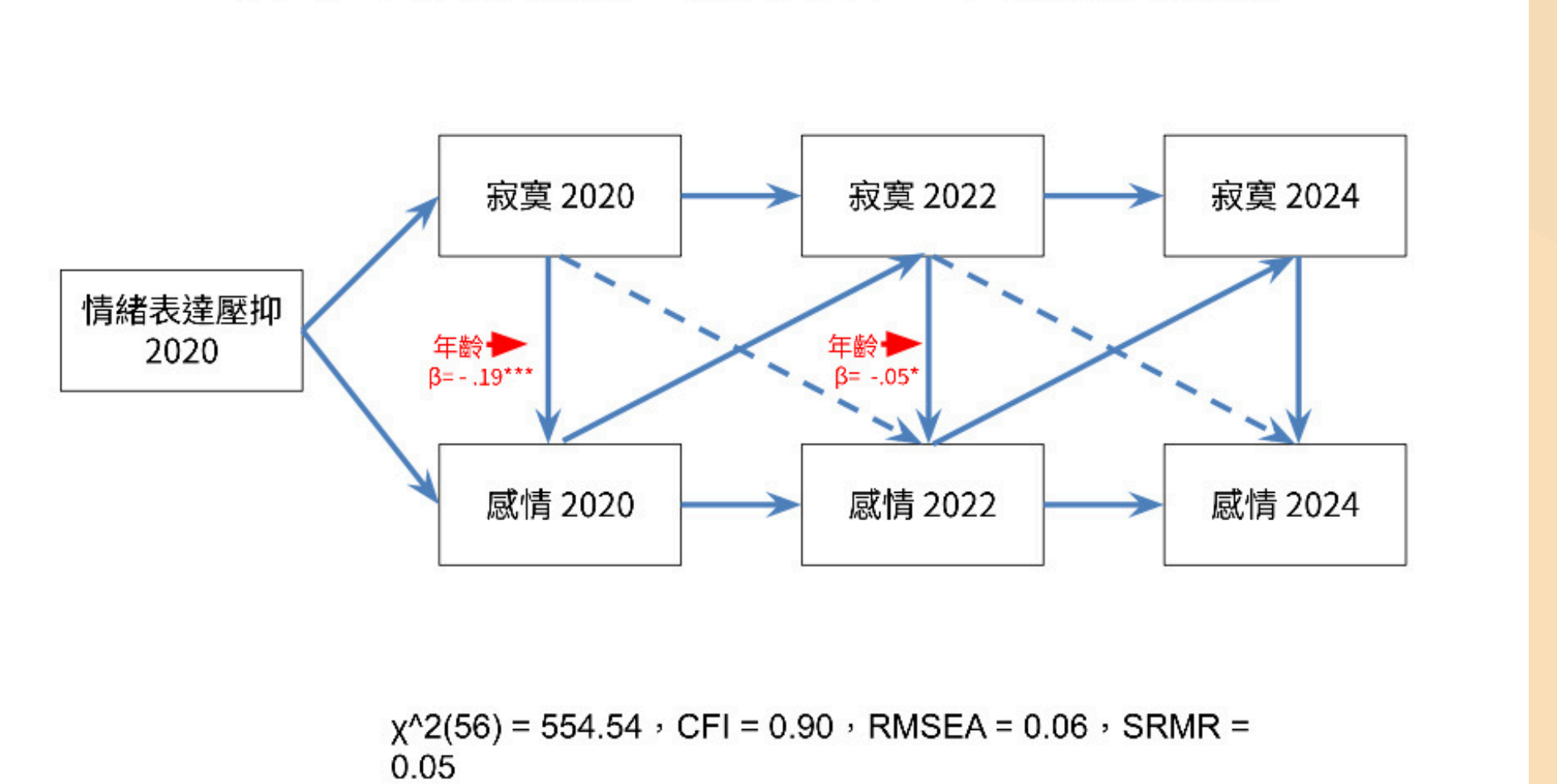


性別差異：情緒壓抑對女性的負面影響大於男性。壓抑情緒的女性更容易覺得孤獨，且對婚姻關係較不滿意

CLPM 結果（男性+年齡調節）



CLPM 結果（女性+年齡調節）



年齡調節主要出現在女性：較年長的女性，寂寞感對婚姻滿意度的殺傷力比年輕女性強。男性年齡效果較弱，而且是年輕男性影響較強。

限制與未來研究

- 非配對樣本，無法看到關係的互動歷程
- 情緒表達壓抑只有一次資料，無法呈現變化
- 將CLPM模型改用RI-CLPM（隨機截距交叉延宕分析模型），以區分個體間和個體內的變化
- 加入文化相關與心理機制指標

跨時交叉延宕模型 (Cross-Lagged Panel Model, CLPM)

