

行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告

情緒控制的注意與記憶歷程：情緒壓抑者與敏感者的對比

計畫編號：NSC 88-2413-H-002-009

執行期限：86 年 8 月 1 日至 87 年 7 月 31 日

主持人：林以正 國立台灣大學心理學系

一、中文摘要

在相關的文獻中，有兩種情緒控制的方式是最常被討論。敏感地覺察控制情緒的策略強調個體首先必須要能夠開放地體認到自己的情緒，然後才有可能針對該情緒狀態採取適當的因應措施（McFarland & Buehler, 1997）。另一方面，防衛性的壓抑情緒則是對於負向情緒採取隔離與逃避的策略，一般就被稱為高壓抑特質者（repressor）。這兩種情緒控制的策略都是同樣採取認知上注意力與記憶的操作來達成情緒控制的目的。而由於兩種情緒控制的策略都有一定程度的有效性，因此不同陣營的研究者便嘗試著要瞭解或比較哪種策略才是真正有效。

本研究針對壓抑與敏感在認知歷程上的兩個主要假設進行檢驗：(1)高壓抑特質者在面對負向情緒時會用與作業脈絡無關的其他想法來分心，高敏感特質者則會較集中於與作業脈絡有關的想法來調整情緒；(2)高壓抑特質者若使用自動化歷程處理情緒，則情緒的訊息處理層次應在無意識的層面。結果發現，雖然壓抑者確實如預期地採取明顯的分心策略來調節情緒。但是此調節歷程卻並未明顯的發生在前意識的階段，反而比較發生在意識的層次。然而本研究同時也發現，正負向情緒以及不同類別的威脅刺激很可能會引起不同的調節歷程，因此，相關因素的交互作用仍值得進一步的探討。

關鍵詞：情緒控制，情緒壓抑，

Abstract

Two types of study emotional control have been most frequently studied in the literature, namely sensitization-control and defensive repression. The Sensitizers generally open up to their own emotions, are very sensitive to subtle emotional changes, and then try to control these emotions (McFarland & Buehler, 1997). On the other hand, repressors take the isolation and avoidance strategies to their emotions. They tend to “escape” from facing their own emotions. The literature has been arguing which method is more effective and as a result more “healthy” in coping with negative emotions.

The current study further divided subjects more carefully into three types: High anxiety, low anxiety, and repressor. Two major results were found. Repressors indeed took more of distraction strategies in controlling their emotion and these processes occurred mostly in the conscious level instead of the pre-conscious level. The controlling process of high anxiety and low anxiety people are less consistent across different experiment paradigms. Secondly, the previous results also interacted with types of emotions and types of threats. This indicated that the process might be more complicated and very sensitive to ways of measurement. Further studies will be needed to compare different types of research paradigms in studying conscious and preconscious processes.

Keywords: Emotional control, repression

二、緣由與目的

在每天起起伏伏的情緒中，如何能夠擺脫負向情緒的糾纏？如何維持愉快樂觀的心情？面對繁重的工作壓力，如何使自己免於崩潰？碰到挫折的時候，如何振奮起來？碰到不愉快的人際衝突，又如何使自己免於失控？這些其實就是我們生活經驗的主體。但是「情緒控制」其實是一個相當模糊籠統的標籤，因為控制情緒可以有許多種不同的形式。在相關的文獻中，有兩種情緒控制的方式是最常被討論的：敏感覺察且控制情緒（sensitization-control），以及防衛性的壓抑情緒（defensive repression）。以下我將簡單的描述這兩種主要情緒控制的策略。

敏感覺察控制情緒的策略強調個體首先必須要能夠開放地體認到自己的情緒，然後才有可能針對該情緒狀態採取適當的因應措施（McFarland & Buehler, 1997）。近年來在台灣非常暢銷的情緒智商／情緒管理（EQ）（Golman, 1995）就是這個主張最簡單具體的代表。高情緒智商者對於自己的情緒管理有五項主要的原則：認識自身的情緒、妥善管理情緒、自我激勵、認知他人的情緒、以及良好人際關係的管理。在這些原則之下，他主張認識情緒的本質，並且培養隨時隨刻認知感覺的能力就是情緒智商的基礎。防衛性的壓抑情緒則指的是，個體並不會去正視自己的負向情緒。以這種方式控制情緒的人由於將「維持低程度的負向情緒」此一價值深植於他們的自我概念之中，因此他們會使用各種策略來避免真正的負向情緒佔據他們的思考（Weinberger, 1990）。當這種策略成為一個人處理負向情緒的性格基調時，他會傾向於否認自己的負向情緒，顯示出對於負向事件較差的記憶能力，對於他人所給予的負向回饋也比較不容易記得（Boden & Baumeister, 1997）。

由於兩種情緒控制的策略都有一定程度的有效性，因此不同陣營的研究者便嘗試著要瞭解或比較哪種策略才是真正有效。最近就有兩個研究不約而同的發表於同一期的 *Journal of Personality and Social*

Psychology，但是卻得到完全相反的結論。其中 Boden & Baumeister（1997）認為高壓抑特質者由於慣常地會採用分心策略（distraction）來隔絕負向情緒，因此在面對負向情緒時，就能夠很有效率的將注意力轉移到正向的事件上，因此使得正向記憶的可提取性升高。在這種情形下，高壓抑特質者就比較容易產生正向的思緒，而表現出較強的「情緒不一致回憶效果」。在他們的研究結果中也一如其所預測的發現，高壓抑特質者在負向的情緒下可以很熟練而且快速的回憶起正向的事件；同時他們在負向情緒下所自由衍生的認知中也包含了較多的正向思考。結果完全支持其研究假設。然而在另一個研究中，McFarland & Buehler（1997）則抱持著相反的假設。他們認為對情緒高敏感者（sensitizer）會開放的覺察自己的負向情緒，而在認知自己的情緒後，會專注地處理情緒，因此在負向情緒下會嘗試衍生出較多的正向回憶。相對地，高壓抑特質者由於並沒有認知到自己的負向情緒，因此也就沒有積極的處理，而任由自動化的激發來引發較多的負向連結。在他們的研究中確實也發現，高情緒敏感者在失敗回饋，確實報告較多的負向情緒；同時他們也比較會選擇正向的事件來作答，並且回憶出較為正向的內容。他們的研究結果同樣的也支持其假設。上述的兩個研究採取了完全相反的假設，雖然採用了類似的實驗架構，但是卻得到不同的結論。

表面上看來，這兩個研究應該是彼此矛盾的。但是筆者卻以為不然。倘若細究他們的研究方法就會發現，雖然同樣是驗證與情緒不一致的回憶效果，但是兩個研究從情緒的操弄，不一致效果的引發，到正向思考的測量等等都採取了不同的方法。例如：在 Boden & Baumeister（1997）的研究中，壓抑者的篩選是採用 Weinberger, Schwarz, & Davidson（1979）的分類架構，而 McFarland & Buehler（1997）則是採用 Byrne（1961）的量表作為分類依據；在情緒的操弄上，前者所採用的是與自我無關的刺激，而後者則是採用與自我相關的失敗回饋；在認知策略的測量上，前者所採

用的自由聯想的方式，而後者則是要求受試者由研究者預設的列表中選取部份項目的方式。這些差異或許細微，但是卻很可能涉入了不同的心理認知歷程，也因此會得到不同的結果。因此這兩個結果之間也就不能直接的比較。筆者以為過去這些研究，大都未能仔細的釐清他們的實驗，同時也未能針對這些認知歷程來做理論的推演，並且設計適當的實驗，所以才會造成結果的混淆。以下我將針對高壓抑特質與高敏感特質者的認知歷程再作進一步的釐清與比較，而後推論兩者之間差異的型態。

高壓抑特質者所採取的認知防衛策略主要是透過對注意力的控制來使自己避免暴露於不愉快的刺激下（Weinberger, 1990）。Haley（1974）就發現高壓抑特質者比其他的受試者會將他們的眼光從不愉快的影片中移開。而相對於他們所喜歡的繪畫，高壓抑者也花比較少的時間看他們所不喜歡的繪畫（Olson & Zanna, 1979）。這顯示在高壓抑者所使用的分心策略中，一個重要的特性是他們在面對負向情緒時會使用的是與作業脈絡無關的其他想法來分心。Tulbin & Weinberger（1987）就發現 repressor 會集中注意力在無關的思考上，來分散對於不愉快錄音帶的注意力。Boden & Baumeister（1997）同樣也發現在高壓抑者所自由衍生的回憶中，整體的正向思緒並沒有高於其他的受試者。但是與情緒操作無關的思緒量則顯著的高於其他的受試者。相對而言，高敏感者雖然也是採取分心的策略，但是他們的思考會較集中於與作業脈絡有關的想法來調整情緒。這就說明了當 McFarland & Buehler（1997）操弄失敗回饋之後，請受試者就預先界定的列表中選取五個事件來回憶，並做簡短的敘述。由於對於高敏感者而言，他們對於情緒控制的方式是專注於找尋相關的正向記憶來對抗當時的負向情緒。因此當研究者給予相關的事件要求回憶，這就比較符合他們一般處理的方式，因此表現也就比高壓抑者較佳。

總結前述的分析，我推論壓抑與敏感在認知歷程上的主要差異有以下幾點：(1) 高壓抑特質者和高敏感特質者的確會主動

利用不同認知策略處理負向情緒。高壓抑特質者在面對負向情緒時會用與作業脈絡無關的其他想法來分心，高敏感特質者則會較集中於與作業脈絡有關的想法來調整情緒；(2) 高壓抑特質者若使用自動化的歷程處理情緒，那麼情緒的訊息處理層次應該在無意識的層面。此種詮釋符合傳統臨床心理學將壓抑的運作歷程視為在無意識層面進行的。本研究的主要目的就是擬設計適當的實驗來對這些歷程進行初步的驗證。

本研究共同研究方法

受試者：

本研究主要對於壓抑者與非壓抑者之區分是依據 Weinberger, Schwartz, & Davidson（1979）研究所區分之四組不同的個體，由焦慮特質和社會期望傾向共同界定而成，包括：壓抑者（低焦慮、高社會期望）、低焦慮者（低焦慮、低社會期望）、高焦慮者（高焦慮、高社會期望）、以及高社會期望之高焦慮者。但其中高焦慮高社會期望之受試人數太少，且該組之理論意義較具爭議，因此在本研究中並未將之納入。

本實驗選取下列三種受試者：高焦慮組（高焦慮、低社會期待），低焦慮組（低焦慮、低或中社會期待），壓抑者（高社會期待、低焦慮組）；區分的工具係使用黃光國與楊國樞（1974）編譯自 Crowne & Marlowe（1964）的「社會讚許量表」（Marlow – Crowne Social Desirability Scale, 以及 Bendig（1956）所編的「焦慮量表」（Taylor's Manifest Anxiety Scale,）。兩量表皆為六點量表，得分高者表示該特質傾向也高，問卷翻譯成中文版後於開學時針對修習「普通心理學」的學生進行大量施測。共回收 426 份有效問卷，社會讚許量表平均值為 3.43，而焦慮量表平均值為 3.62。問卷回收後將受試者依這兩種得分高低上各分為三組，並且選取低焦慮、高社會讚許者做為「壓抑者」，高焦慮、低社會讚許者為「高焦慮者」，低焦慮、中或低社會讚許為「低焦慮者」。隨後於各實驗中邀請符合條件之受試者參與。

情緒引發方式：

國內研究中，自傳式回憶方式被發現是一有效的情緒操弄方法(林和逸, 民87)，因此本實驗採用此方法操弄受試者的負向情緒，希望能夠得到明顯的負向操弄效果。本實驗的自傳式回憶方法，在「自我相關」組，實驗者請受試者回想並寫下一件生命中曾經令他相當難受的生活事件；在「自我無關」組，受試者回想並寫下一件記憶中曾令其相當難受的社會事件。兩種問卷中均請受試者描述回想事件，並說明對此事件的心理感受為何。回想生活事件的受試者，需說明他認為可能是他個性中的什麼因素造成此事件發生，在這項事件中，有哪些事是他當時可以做卻沒做的等問題，引導受試者對此負向事件注意其內歸因向度，以期提高其負向情緒感受；最後請受試者描述整體而言，對此事件的感覺。而回憶社會事件的受試者，則是請他分析其所回想出的事件，可能是什麼因素造成的，是不是我們的社會出現了問題，是什麼樣的問題，最後也請受試者描述對此事件的心理感受；整個過程需時 10 分鐘。

情緒測量

本實驗採用常見的兩字情緒形容詞，以利受試者作評量。受試者以九點量表評定其當下的情緒狀態，使用正負向詞各 5 個，共 10 個隨機排列之情緒形容詞(快樂的、滿意的、挫折的、得意的、鬱卒的、焦躁的、興奮的、難過的、惱怒的、高興的)。並於實驗前後請受試者評量其情緒狀態，以比較情緒之改變量。

實驗一：自由表列作業

自由想法表列的測量方式是由 Brock & Greenwald 於 1960 年代晚期於俄亥俄州立大學所發展出來的 (Brock, 1967; Greenwald, 1968)。實驗中並不給受試者提示，只請他們寫下在當時出現在他們腦海中的所有想法，把每個想法寫成一句話。這樣的方式應用到 Boden 與 Baumeister(1997) 的實驗中，可以幫助看出受試者是否會自動提取快樂、愉悅的想法來應付負面情緒刺激，也可以看出受試者

所想的想法是否與情緒操弄的內容有關，來驗證壓抑者提取無關想法來使自己分心的假設。

「自由想法表列」可用口語 (Cacioppo, 1979) 或是紙筆方式實施 (Petty, Wells, & Brock, 1976)，Boden 與 Baumeister (1997) 所採用的便是典型的紙筆方式。相較於口語的方式，紙筆實施的自由想法表列雖然進行速度比較慢，但是有下列五點好處，(1) 它適用於團體施測，(2) 較具保密性，(3) 較不具威脅性，可將受試者內心的想法真實展現 (4) 實施簡便，(5) 適用的範圍廣泛 (Cacioppo & Petty, 1981)。儘管 Boden 與 Baumeister (1997) 在實驗三使用自由想法表列法較為客觀，他們所使用的分析方法卻仍有問題存在；實驗中，受試者看完負向錄影帶之後 (即負向情緒操弄)，實驗者收集受試者的自由表列想法，請來兩位不知實驗設計的評分者，依照受試者所寫的所有想法記錄下列四項指數：(1) 所列想法的總數 (2) 所列想法中愉悅想法 (pleasant thought) 總數 (3) 所列想法中與實驗本身有關的想法數 (4) 所列想法中與影帶內容或實驗無關的愉悅想法數。研究者認為這樣的分析有許多弊病，在本研究中便是要根據 Boden 與 Baumeister (1997) 實驗三的實驗操弄程序，利用不同的分析方法，來改善實驗不足之處。以下研究者將逐點說明 Boden 與 Baumeister(1997) 實驗三的主要分析缺失，並提出改進的方法。

首先，Boden 與 Baumeister(1997) 預測壓抑者所寫下的想法中愉悅想法應該會較非壓抑者多，因而表示壓抑者應付負面情緒的能力比非壓抑者好，但是如何確定提取較多的愉悅想法就能導致有較佳的正向情緒呢？也有可能是因為受試者想了較少的負向想法、較多的中性想法，而使得他們比起另一組有較多負向想法的受試者，有較高的正向情緒評量；可見，只有登錄受試者的愉悅想法並不足以呈現出受試者想法的所有情緒面向。因此本研究將情緒面向分為三種：中性、正向及負向；分別請評分者判定某一個想法屬於何種面向，再計算受試者在這些想法所得到的總數各為何。經由這樣的方式，我們可以得到受

試者想法所屬之情緒面向的資料，進而分析受試者所用的策略為何，是想起較多的正向想法而引發正向情緒的提升，還是因為沒有想太多負面的想法才使情緒不致往負面方向下降的。了解這些問題的正确答案之後，我們才能有效地驗證原本的預測假設。

在 Boden 與 Baumeister(1997)所使用的分析方式中，另一項缺點是評分者在作分類時只判定受試者所寫下的句子是否為愉悅的正向想法，而沒有登錄想法本身的正向或負向的強度；假設受試者只想了三個想法但是其想法正向情緒強度很高，形成高的正向情緒指數，而另一位受試者列出了八個想法，但想法正向情緒強度均不高，累積之下所得的結果正向情緒指數較前一位低，受試者只列出了三個想法所引起的正向情緒改變量，比另一位列出八個想法的受試者大。但在 Boden 與 Baumeister(1997)的實驗，可能後者會被判定成應付負向情緒較佳的高手，而前者不是。可見，只計算正向想法的數目並不足以說明受試者就是應付負向情緒的高手。因此，本研究請評分者判斷受試者的每一個想法所具的情緒強度，希望能夠對受試者的想法有不同角度的分析，以避免上述的問題產生。

評分者的計分方式也是 Boden 與 Baumeister(1997)設計的實驗三中主要的一項缺失，實驗中根據評分者所判定出的各類想法數目做信度分析，舉例來說，在正向想法總數的評分者間信度分析上，假設某一個受試者寫下了六個想法，第一位評分者認為第一、三、五題是為正向想法，而第二位評分者則認為第二、四、六題是為正向想法，兩位評分者都給了這位受試者「三」的分數，因此得到高評分間信度。但是，評分者在對於受試者所寫出的想法是否為正向想法的判定上其實有著很大的歧異，偏差因而產生，這樣的評分者間信度是相當不可信的。在此研究中，研究者改請評分者們判定每個受試者想法的情緒性，然後針對每個想法所得的判斷來計算評分者間信度。以這樣的方式，我們將可以觀察到評分者間是否存在著很多的歧

異，由此法所得的評分者間信度也會較為可信。

總而言之，本研究希望透過三個方面來改善 Boden 與 Baumeister(1997)實驗三的缺點，以進一步了解壓抑者的因應負向情緒的模式。這三個方面分別為：請評分者對受試者的每個想法依照情緒的三個面向（中性、正向、負向），評定想法所具之情緒性；請評分者判斷每個受試者想法所具情緒性的強度；以比較每位評分者對每個受試者想法的判斷，進行評分者間信度的分析。

方法

受試者：壓抑者 40 位，非壓抑者 41 位。（壓抑者：自我期望量表平均分數 4.11，焦慮量表平均分數 2.71，自我覺察量表 3.67；敏感者：自我期望量表平均分數 3.38，焦慮量表平均分數 3.82，自我覺察量表 4.40）

實驗設計：本實驗的操弄變項為受試者人格特質（壓抑者 vs. 高焦慮者 vs. 低焦慮者）×情緒相關性（與自我相關 vs. 與自我無關）。欲觀察的變項為自由想法表列作業內容與表列作業前後之情緒變化量。

結果

情緒操弄效果。在情緒評定的分析中，本實驗同於實驗一採負向評量與正向評量分開計算。結果發現受試者均在事件回憶之後有明顯的負面情緒產生，平均而言，在第一次的情緒測量時，受試者的正向評量為 3.459，而負向評量為 4.393（1 為一點也不，9 為完全符合）。然而回憶事件之自我相關性在此並未在壓抑者與非壓抑者之間造成顯著的負面情緒差異。壓抑者在與自我相關的正向評量上與非壓抑者有顯著的差異（ $t(79)=2.71, p<.01$ ），即在這方面壓抑者想得比非壓抑者多，在其它方面則無顯著差異。

評分者間信度。在情緒性的判定上，評分者間信度為 .41 ~ .52，在相關性判定上則是 .70 ~ .75。

自由想法表列分析。（1）數量分析方

法：實驗結束之後，請四位不知實驗設計的評分者，獨立為各受試者自由表列內容給予評分。評分者針對受試者所列出的每個想法做相關性與情緒性的評斷，同於實驗一之歸類方式，也是將所有的想法分為九類（請參照實驗一）。結果發現在與實驗相關的負向事件上壓抑者與非壓抑者得到顯著的差異（ $F(1,99)=4.72, p<.05$ ），原先認為會出現較多的正向無關想法，並沒有得到顯著的差異。(2)情緒強度評定方式：我們另請八位不知研究設計的評分者，獨立為各受試者自由表列內容給予評分。其中四位評分者針對受試者所列出的每個想法做相關性評斷，歸類標準同於實驗一。另外四位評分者則進行情緒性評分；評分標準亦與實驗一相同。實驗結果得到壓抑者在與操弄事件有關的想法上明顯的比非壓抑者具有較為正向的情緒性（ $F(1,394)=5.581, MSE=22.03, p<.05$ ），而在與實驗相關的事件上壓抑者比非壓抑者則明顯地具有較為負向的情緒性（ $F(1,102)=6.12, MSE=7.93, p<.05$ ），其它想法則無顯著的組間差異。

實驗二：意識與前意識歷程：側邊作業

由於情緒控制歷程的運作是否為自動化或是控制歷程，直接牽涉其偏誤出現的時機、型態，以及會影響其運作的可能變項，因此對此一議題的澄清將有助於我們更進一步的瞭解情緒的心理歷程。如前所述，本研究假設高壓抑特質者若使用自動化的歷程處理情緒，那麼情緒的訊息處理層次應該在無意識的層面。此種詮釋符合傳統臨床心理學將壓抑的運作歷程視為在無意識層面進行的。本研究採用側邊作業中來探討此一歷程。在此側邊作業中，視野中央呈現一個個位數字，同時一對側邊刺激詞出現在數字的上、下方，而受試者被要求判斷中央的數字是奇數或偶數。刺激呈現的時間是 204 ms，但在遮蔽的情況下，側邊詞呈現 17ms 之後及被遮蔽；我們可藉由遮蔽或不遮蔽的情況來探討側邊詞對於不同族群受試者在意識與前意識層面的影響。

方法

實驗設計：本實驗的操弄變項為受試者人格特質(壓抑者 vs. 高焦慮者 vs. 低焦慮者) × 詞性(中性、物理威脅、社會威脅) × 遮蔽(有、無)。

結果

實驗結果(如表一)發現，高焦慮者與低焦慮者在沒有遮蔽的情況下，反應時間要比遮蔽的情況來得長，但高壓抑者的反應時間並不受遮蔽或不遮蔽的影響；而且，高焦慮者在遮蔽的情況下，當側邊詞為物理威脅詞時的反應時間較快(相較於側邊詞為中性詞的情況)，可能是因為高焦慮者對於物理威脅詞在前意識裡採取逃避的態度；然而，比較高壓抑者對於側邊詞為物理威脅詞時與側邊詞為中性詞時的情況，無論在意識或前意識層次都沒有顯著的差異，可見高壓抑者在此作業情境不受威脅刺激所影響。

表一：不同人格在三類詞性的反應時間

	物理威脅	中性詞	社會威脅
壓抑者	445.49	440.12	455.11
高焦慮	419.89	451.73	463.75
低焦慮	480.09	495.29	495.78

實驗三：意識與前意識歷程：視覺偵探

本實驗的目的在於以視覺偵探作業探討高焦慮、低焦慮以及高壓抑者(定義為低焦慮，但具有非常高防衛性的族群)，在前意識與意識層次處理不同類型刺激(社會威脅，物理威脅，正向情緒，負向情緒或中性詞)的差異。本實驗之推論同前述之側邊作業，而結果將可重複驗證前述實驗所得之結果。

所謂的視覺偵探作業，是在探討選擇注意的偏向。研究者操弄目標詞位置與圓點位置的關係，一共有一致與不一致兩種情形。然後透過反應時間對位置一致或不一致的差異來看選擇注意的偏向。圓點與目標詞位置一致時，若反應時間短，表示受試者注意力被操弄刺激所捕捉，在圓點出現時注意力不需要作位置的轉移。若位置不一致時，若反應時間短，表示受試者

的注意力先前已經從操弄刺激位置移開，即採取迴避目標刺激的方式。在本實驗中同時也將負向詞更清楚的分類，在類別中包括社會威脅詞，物理威脅詞，負向情緒詞，並與中性詞，正向情緒詞作比較，高焦慮者會對那一類詞有注意力偏向？

方法

實驗設計：本實驗的操弄變項為受試者人格特質(壓抑者 vs. 高焦慮者 vs. 低焦慮者)×詞性(中性、物理威脅、社會威脅)×一致性(一致、不一致)×遮蔽(有、無)。

結果

遮蔽較不遮蔽可得更強的迴避效果，而高焦慮者較其他兩組有明顯迴避傾向。高焦慮者與低焦慮者有更顯著的遮蔽性效果，高壓抑者則不受遮蔽性的影響。

表二：三類人在遮蔽與非遮蔽情境下的反應時間差

	高壓抑者	高焦慮者	低焦慮者
遮蔽	-5.04	-18.92	-12.54
非遮蔽	-5.71	0.56	1.28

此一結果顯示在前意識層次中除了高壓抑組之外，其他兩組對社會威脅詞都有顯著的迴避。而在意識層次高壓抑者對社會威脅詞有迴避傾向，而高焦慮者有警覺傾向。總結本實驗的結果顯示，高焦慮者與低焦慮者相較於壓抑者，在前意識層次對社會威脅詞，有明顯的迴避傾向。

參考文獻

Baumeister, R. F. & Cairns, K. (1992). Repression and self-presentation: When audiences interfere with self-deceptive strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 851-862.

Boden, J. M., & Baumeister, R. F. (1997). Repressive coping: Distraction using pleasant thoughts and memories. *Journal of Personality*

and Social Psychology, 73, 45-62.

Byrne, D. (1961). The repression-sensitization scale: Rationale, reliability, and validity. *Journal of Personality*, 29, 334-349.

Eysenck, M. W. & Derakshan, N. (1997). Cognitive biases for future negative events as a function of trait anxiety and social desirability. *Personality and Individual Differences*, 22(5), 597-605.

Fox, E (1994) . Attentional bias in anxiety: A defective inhibition hypothesis. *Cognition and Emotion*, 8(2), 165-195.

Freud, S. ([1930], 1961). Civilization and its discontents. Ed. And trans. J. Strachey. New York: Norton.

Golman, D. (1995). Emotional Intelligence. Brockman Inc. 張美蕙譯，中國時報出版社發行

Haley, G. A. (1974) Eye movement responses of repressors and sensitizers to a stressful film. *Journal of Research in Personality*, 8, 88-94.

Hansen, R. D. & Hansen, C. H. (1992). Repression of emotionally tagged memories: The architecture of less complex emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 811-818.

Jensen, M. R. (1987). Psychological factors predicting the course of breast cancer. *Journal of Personality*, 55, 317-342.

Levenson, R. W. (1994) Emotional control: Variation and consequences. In Paul Ekman & Richard, J. Davidson (Eds.), *The nature of Emotion. Series in affective science.* Oxford University Press.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1988). Personality moderates the interaction of mood and cognition. In K. Fiedler & Forgas (Eds.), *Affect, cognition, and social behavior* (pp. 87-99). Gottingen, Germany: Hogrefe.

McFarland, C., & Buehler, R. (1997),

Negative affective states and the motivated retrieval of positive life events: The role of affect acknowledgment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 200-214.

Newton, T. L. & Contrada, R. (1992). The autonomic-verbal response dissociation: The influence of social context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 159-167.

Olson, J. M. & Zanna, M. P. (1979). A new look at selective exposure. *Journal of Experimental Social Psychology*, 15, 1-15.

Rogers, C. R. (1951). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science* (vol. 3). New York: McGraw-Hill.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1988). A model of behavioral self-regulation: Translating intention into action. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 21, pp. 303-346). New York, Academic Press.

Tulbin, S. K. & Weinberger, D. A. (1987) Individual differences in coping processes: A thought sampling approach. Paper presented at the annual meeting of the Western Psychological Association, Long Beach, California, April.

Weinberger, D. A. (1990). The construct validity of the repressive coping style. In Jerome, L. Singer (Ed.), *repression and dissociation: implications for personality theory, psychopathology, and health*. (pp.337-396). The University of Chicago Press.

Weinberger, D. A., Schwartz, G. E., & Davidson, R. J. (1979). Low-anxious, high-anxious, and repressive coping styles: Psychometric patterns and behavioral and physiological responses to stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 369-380.