

投稿類別：健康與護理類

篇名：

少男少女自戀嗎？

作者：

林品雯。台南市私立崑山高級中學。應用外語科三年級 A 班。
許展源。台南市私立崑山高級中學。應用外語科三年級 A 班。

指導老師：

董幸正 老師

杜碧琦 老師

壹●前言

一、研究動機

青少年自戀，有可能是個人重視外表以及穿著，或也有可能是個人展現過度自信心、自尊、甚至是羞愧的另類表現（柯幸如，2014；黃莉娟，2010）。我們有時在社群網站（如臉書）看到臉友們張貼他們外出照片，或是個人絢麗穿著照片，展現其個人自信。當然，這也許是他們展現個人生活的滿足或是個人好奇心，但也不免是個人自戀現象（林建宏，2014；洪羽維，2015）。倘若青少年的自戀源自於他們過度的自尊或是羞愧，或許有可能展現太過誇耀自我能力的行為，甚至會時常在社群網站（如臉書）張貼某一主題的炫耀文。我們此次專題研究，與青少年使用社群網站的目的無關，純粹探究目前的高中職三年級學生對於自戀程度以及類型為何，提供個人心裡檢視以及教師輔導參考。

二、研究目的

- （一）調查高中職三年級學生自戀程度以及相關原因。
- （二）了解高中職三年級學生最有可能突顯個人自戀傾向事件。
- （三）探詢高中職三年級學生個人自戀程度以及減低自戀的方式。

三、研究方法

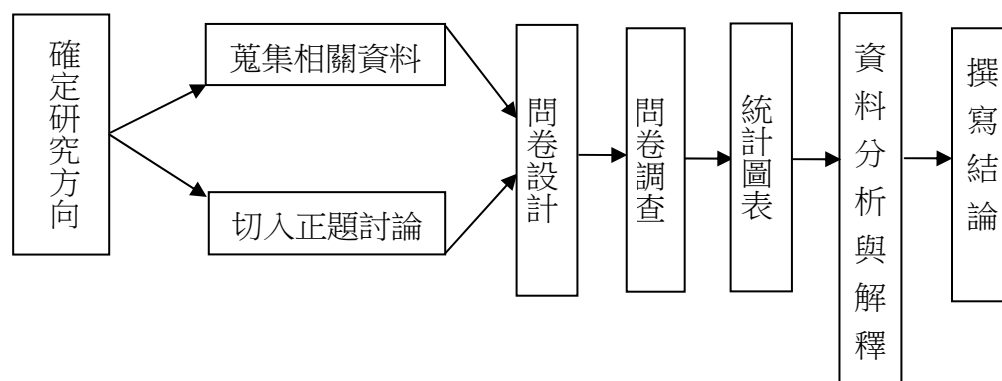
根據上述研究動機以及研究目的，本次專題研究主要採用「問卷調查法」。問卷題目分為底下三大類別進行設計：（1）學生自戀程度以及相關原因（問卷題 1 至題 5）、（2）學生最有可能突顯個人自戀傾向事件（問卷題 6）、以及（3）學生個人自戀程度以及減低自戀的方式（問卷題 7 和 8）。完成問卷設計後，我們此次共邀得底下台南市高中職學校進行本次專題問卷參與：（1）長榮高中、（2）長榮女中、（3）光華高中、以及（4）崑山高中。由於本次專題研究聚焦在「性別因素」對線上學習方案支持度，因此我們各對男女學生受訪者發出 200 份問卷。其中，共成功回收 175 份男學生有效問卷，也成功回收 183 份女學生有效問卷。問卷成功回收率各達到 87.50%（男學生）以及 91.50%（女學生）。我們根據兩性受訪者的書面意見，運用 Excel 2010 版本進行基礎描述性統計，並製作相關圖表來陳述相關議題結果。

四、研究限制

本次專題研究最大限制來自於問卷受訪者的來源廣度。根據「研究方法」所述，此次問卷受訪學生主要來自於台南市高中職學校，因此本次專題研究應屬於

「單一行政區域」的「個案研究」。此次專題問卷受訪群的書面意見不見得能全部適用於其他縣市高中職學校學生看法。此外，本次專題屬性在於「性別因素」對於個人自戀程度檢視，再加上此次問卷受訪學生僅聚焦在高中職三年級學生。因為我們想了解身處課業壓力的高三學生，是否會嘗試藉由此問卷了解他們個人的自戀程度。因此，本次問卷受訪對象未擴及其他年級學生。

五、研究流程圖



貳●正文

一、自戀的原因

青少年自戀現象，有可能隨著個人生長環境或是社會文化因素有其相關（李俊毅，2009）。我們根據相關研究文獻，整理影響自戀原因如下：

- （1）個人家庭生長環境：一般來說，單親家庭環境類型的確會促使個人自戀或甚至是自卑而產生的自戀（蘇文章，2013）。但若是身處雙親家庭但父母親失和，依舊也會產生個人自戀現象。因此，個人自戀現象並非憑藉單親或是雙親家庭，而是整體家庭的和諧度（陳莉榛，2005）。
- （2）親友對子女或後輩等教養方式：個人自戀雖然與家庭子女成員多寡有關（也就是獨生子女較受寵）。然而，子女成員人數多寡並非自戀關鍵因素。事實上，親友教養方式才是主因（鄭芬蘭，1998）。例如，親友常誇大寵愛後輩。縱然後輩人數眾多，也難敵長輩不實誇獎迷湯，而自誇自我能力，進而自戀。相對地，若親友時而責備後生晚輩，也會使後輩漸產生自卑心，並進而「獨善其身」（張秋桂，2003）！
- （3）身心靈創傷：承襲上述第（2）點，若個人（兒童或成人皆然）在人際關係或是情感交往等遭逢身心靈創傷，也極有可能因深受打擊，而產生自戀現象，甚至在行為上也會產生過度暴力現象（黃莉娟，2010）。

綜上所述，自戀的原因，並非僅單純地自我外型迷戀！個人過度自卑或是自誇均有可能產生自戀現象！換句話說，若個人生活或是人際關係無法嚴守中庸之道，太過或是不及都有可能產生不等程度的自戀現象！

二、問卷調查結果

(一) 受訪者背景資料分析

1. 性別

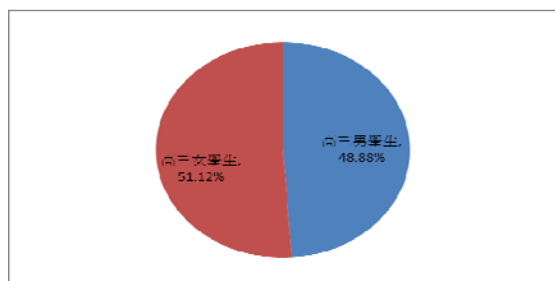


圖 1 問卷受訪者性別比例分析

雖然本次專題力求不同學校學生參與問卷填寫，但高三男學生受訪人數（175 位）比例還是略低於同年級女學生（183 位）（男學生：48.88%；女學生：51.12%）。雖然兩性人數比例差異在 2.24%，但該比例差異應無過度造成專題受訪意見結果偏向某一性別。

2. 科別

承襲上圖 1，底下圖 2 顯示此次受訪的高三男學生，多數就讀「資訊處理科」（50.67%）、「機械科」（24.00%）、以及「普通高中部」（16.00%）。因此本次專題研究高三男學生書面意見，主要以此三科別為代表。至於此次受訪女學生就讀科別，主要來自於「應用外語科」（44.58%）以及「觀光科」（39.76%）。換句話說，此次女性受訪者，主要以此兩科別為代表。

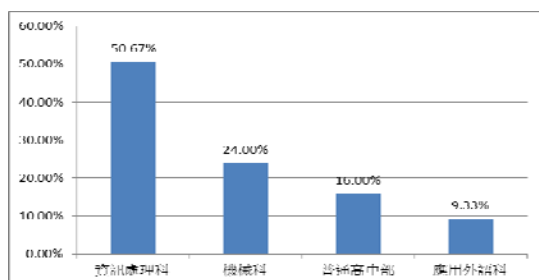


圖 2 受訪男學生就讀科別比例分析

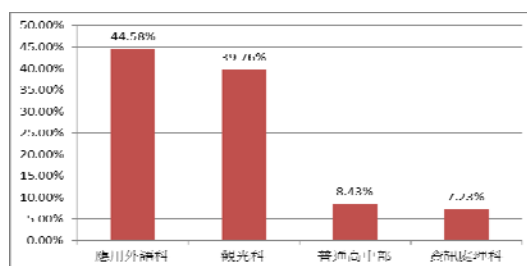


圖 3 受訪女學生就讀科別比例分析

(二) 高中職三年級學生自戀程度以及相關原因

1. 高中職三年級學生自戀性程度

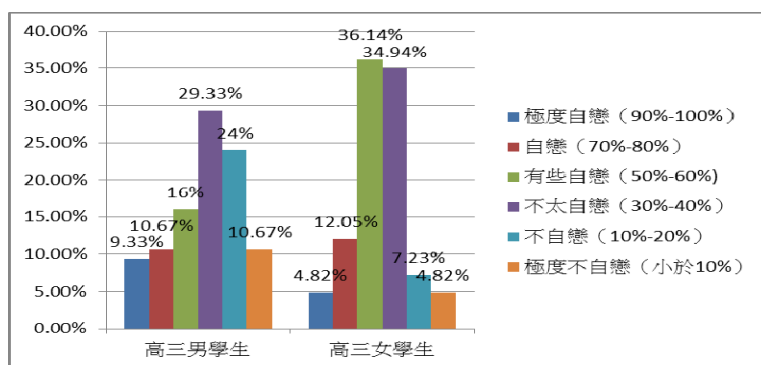


圖 4 高中職三年級學生自戀性程度（題 1）

我們此次專題主要探究受訪的高中職三年級學生自戀程度以及類型。根據左圖 4 結果，若我們以「有些自戀」（50%-60%）為界線，發現六成四受訪高三男學生未有過度自戀傾向（從「不太自

戀」至「極度不自戀」比例加總)。相較之下，高三女學生不太自戀的比例近四成七(46.99%)。此一成七問卷受訪結果差距(17.01%)，顯示此次受訪的高中職三年級女學生比同年級男學生來的更加自戀！至於她們主要的自戀原因以及類型為何，成為我們後續調查的項目之一。

2. 不會有自戀傾向的高中職學生相關調查議題

(1) 不會有自戀傾向的高中職學生主要原因

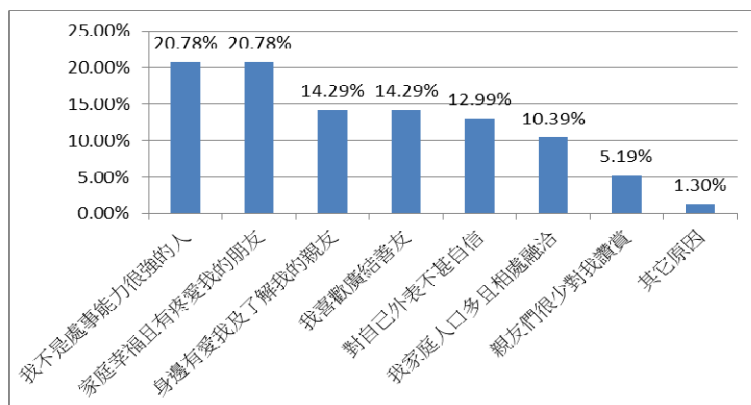


圖 5 高中職男學生不會有自戀傾向的原因(題 2)

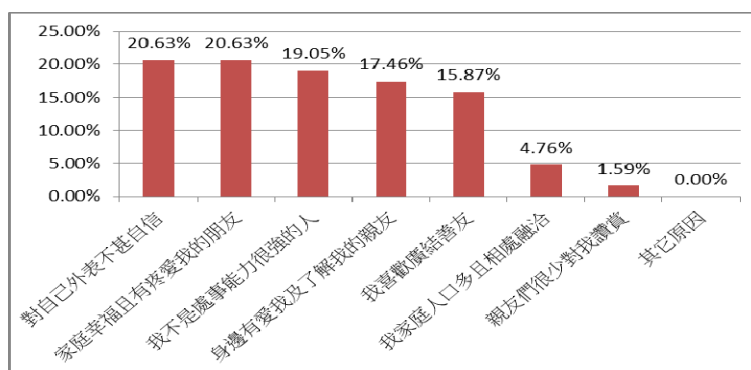


圖 6 高中職女學生不會有自戀傾向的原因(題 2)

「自卑」者多，還是「自信」者眾？因此，我們將底下三項較為自卑的要素進行加總：「對自己外表不甚自信」、「我不是處事能力很強的人」、以及「親友們很少對我讚賞」。結果顯示，受訪女學生在這三項的比例加總結果稍高於同年級男學生(高三男：38.96%；高三女：41.27%)。換句話說，此次不太自戀的受訪群中，其實多數都很滿意目前的現狀，尤其以個人家庭幸福以及身邊有疼愛他們的親友為主。不過，這群不太有自戀傾向的受訪群中，還是以女學生較為自卑的比例稍高，其中還是以「對自己外表不甚自信」的回應較為強烈！

(2) 傾聽班上同學討論最新流行的服裝或是裝扮態度

圖 7 主要是驗證上圖 5 和圖 6 較不自戀的受訪學生群當中，對自我外表重視程度。根據上圖 5 和圖 6，「對自己外表不甚自信」為女學生不自信甚至是自卑

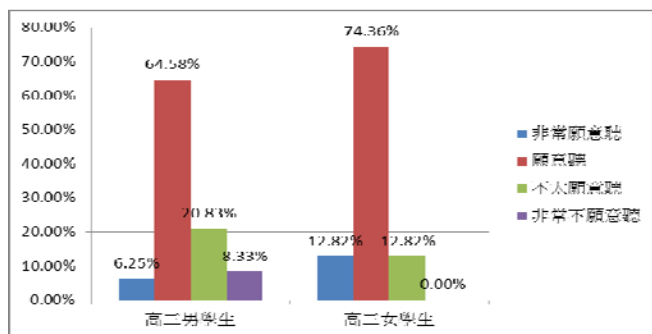


圖 7 聽同學討論流行服裝或裝扮態度（題 3） +「願意聽」；男學生：70.83%；女學生 87.18%）。當然，不太自戀的男學生群，其實也有近七成（70.83%）也會了解目前最新的流行服裝或裝扮。顯示不自戀的男女學生中，其實多數還是很重視自我外在打扮！

（3）對他人讚美學業或處事能力的態度

承襲上圖 5 和圖 6，基於「我不是處事能力很強的人」成為較不自戀的受訪男學生自卑首要原因，我們想了解此次較不自戀的受訪群中對於個人學業或是處事能力的在意程度有多少？我們以「他人讚美學業或處事能力態度」為誘因，發現相對多數的男女學生均以謙虛的態度接受對方讚美，並希望對方再給些建設性的意見（高三男：

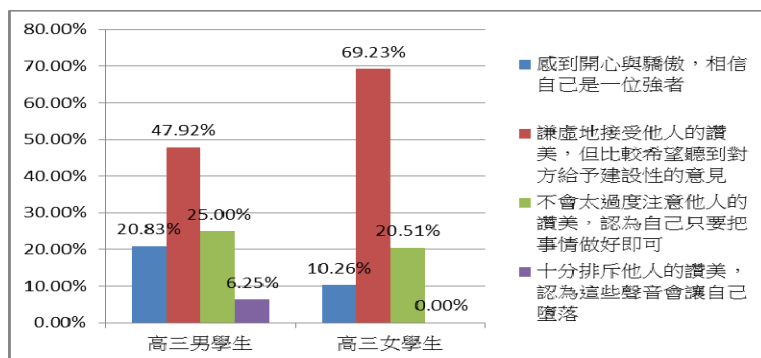


圖 8 他人讚美學業或處事能力態度（題 4）

的意見（高三男：47.92%；高三女：69.23%）。不過，男學生聽到讚美後，會感到開心和驕傲的比例，比女學生高一成（高三男：20.83%；高三女：10.26%），證實男學生很在乎個人處事能力。

3. 認為有自戀傾向的主要原因

（1）高中職三年級學生會有自戀傾向的主要原因

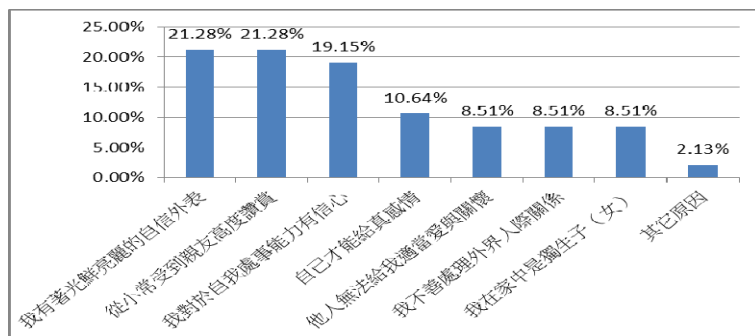


圖 9 男學生會有自戀傾向的主要原因（題 5）

接下來，我們進一步地調查此次較有高度自戀傾向的學生相關緣由（圖 4，高三男：36.00%；高三女：53.01%）。我們發現，「具有光鮮亮麗的自信外表」成為此次少男

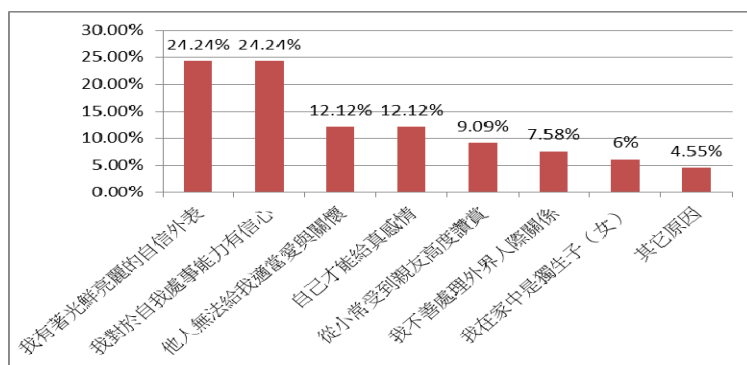


圖 10 女學生會有自戀傾向的主要原因（題 5）

上列自信原因中，因為「自卑」而產生「個人自戀」的比例有多少？我們將底下較為自卑的四項原因進行加總：「他人無法給我適當愛與關懷」、「自己才能給真感情」、「我不善處理外界人際關係」、以及「我在家中是獨生子（女）」。

結果顯示，兩受訪群自卑比例相近，但女學生因為「自卑」而產生「個人自戀」的比例比同年級男學生稍高（高三男：36.17%；高三女：37.82%）。換句話說，此次具有較高度自戀傾向的受訪群，有近四成可能因為「自卑」而產生「個人自戀」。其中，「自己才能給真感情」以及「他人無法給我適當愛與關懷」各成為較為自卑傾向的男女學生首要原因。

少女自信主要原因，其次為「對於自我處事能力有信心」。然而，女學生自信原因中含帶自卑因素者比男學生明顯（如「他人無法給適當愛與關懷」或「自己才能給真感情」）。因此，我們進一步調查，

（三）高中職三年級學生最有可能突顯個人自戀傾向事件

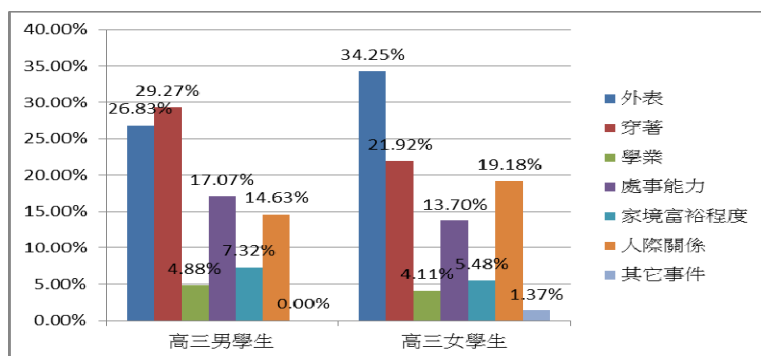


圖 11 學生最有可能突顯個人自戀傾向事件（題 6）

「外表」以及「穿著」。這兩要項就已強佔五成六的比例（高三男：56.10%；高三女：56.17）！不過，男學生稍重視「穿著」（29.27%），但女學生極度重視「外表」（34.25%）。此外，對於「自我處事能力有信心」一項（包含學業、處事能力、以及人際關係等要項），也佔有近三成七比例（高三男：36.58%；高三女：36.99%）。其中，男學生較重視「處事能力」（17.07%），而女學生極度重視「人際關係」（19.18%）。因此，從圖 11，我們可以得知更明確的輪廓！也就是說，「外在」一項，男學生重視「穿著」，而女學生重視「外表」。至於在「處事」一項，男學生重視「處事能力」，而女學生重視「人際關係」。

圖 11 再次驗證上圖 9 和圖 10 受訪群正向自戀要項的結果：「具有光鮮亮麗的自信外表」以及「對於自我處事能力有信心」。的確，根據左圖 11，此次具有自戀傾向的受訪群確實首要在意

(四) 高中職三年級學生個人自戀程度以及減低自戀的方式

1. 高中職學生判斷符合「自戀」特質敘述同意程度

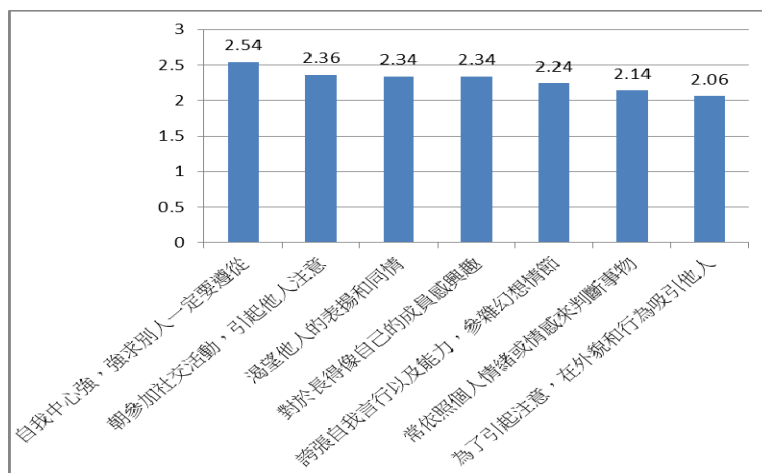


圖 12 男學生判斷符合自戀特質敘述同意程度 (題 7)

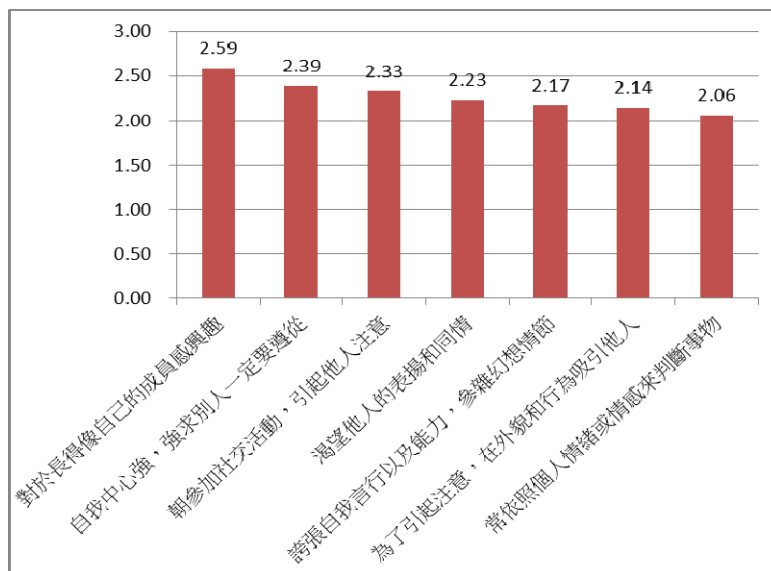


圖 13 女學生判斷符合自戀特質敘述同意程度 (題 7)

相較之下，女學生果然「外在」，不過也是和男學生一樣，僅會對「長得像自己的成員感興趣」(2.59)，但不刻意在外貌和行為引起他人注意(2.14)。此外，女學生在「處事能力」方面，也是首重視「自我中心強」(2.39)，其次才是參加社交活動得到他人的注意(2.33)以及渴望他人的同情和表揚(2.23)。整體來說，男學生還是對於「處事」一項相關細節自戀程度較高，而女學生首重視「外在」自戀項目。

2. 學生可以有效減低自戀特質的方式

承襲上圖 12 和圖 13，此次受訪者對於上述相關自戀特質項目如何降低自戀程度？基於多數受訪者坦承「自我中心強，強求別人一定要遵從」也是自戀特質之一，因此此次受訪男女學生均認同「多欣賞他人外在優點」以及「勿固執，多

圖 12 以及圖 13 主要是更細部地了解哪些特質促使此次具有較高度自戀的受訪群在「外在」以及「處事」項目更加自戀。我們以「四等地平均數」，從「極度認同」的 4 分到「極不認同」的 1 分進行統計。承襲上圖 11，此次受訪男性在「處事」一項極重視個人的「處事能力」。因此，男學生在乎「自我中心強」(2.54)、「社交活動引起他人注意」(2.36)、以及「渴望他人的表揚和同情」(2.34)。至於「外在」一項，男學生僅會對「長得像自己的成員感興趣」(2.34)，但不刻意在外貌和行為引起他人注意(2.06)。

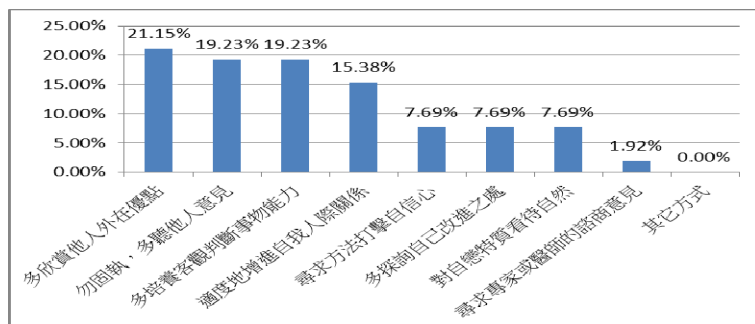


圖 14 男學生可以有效減低自戀特質的方式（題 8）

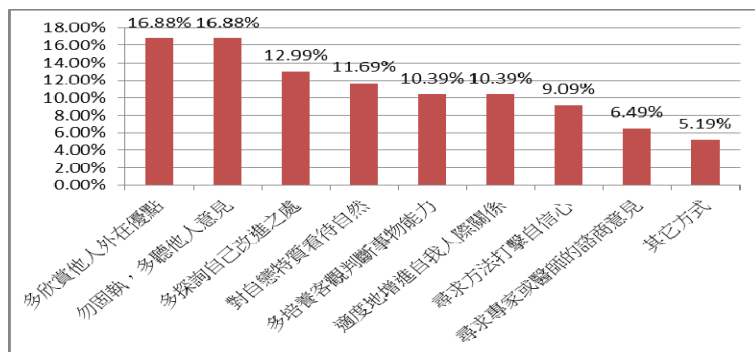


圖 15 女學生可以有效減低自戀特質的方式（題 8）
重視的自戀要項和特質，尋求可能的降低自戀方式。

參●結論

根據此次問卷調查結果，我們再次將相關分析整理列點如下：

1. 本次研究專題發現，此次受訪的高中職三年級女學生有近五成四具有較高度自戀傾向，而同年級男學生僅三成六具有高度自戀傾向（圖 4）。但這些受訪群中，其實有近四成是因為「自卑」而產生「個人自戀」（圖 9 和圖 10），其中以「自己才能給真感情」以及「他人無法給我適當愛與關懷」各成為較為自卑傾向的男女學生自戀首要原因（圖 9 和圖 10）。
2. 本次屬於較為正向自戀的受訪群中，主要原因為「具有光鮮亮麗的自信外表」以及「對於自我處事能力有信心」（圖 9 和圖 10）。其中，對於「具有光鮮亮麗的自信外表」一項，男學生較重視「穿著」，而女學生相當重視「外表」（圖 11），尤其是對「長得像自己的成員感興趣」（圖 13）。至於在「對於自我處事能力有信心」一項，男學生較重視「處事能力」，包含「自我中心強」、「社交活動引起他人注意」、以及「渴望他人的表揚和同情」（圖 12）。而女學生在「處事」項目極度重視「人際關係」（圖 11）。
3. 對於降低自戀方式，受訪男女學生均認同首要「多欣賞他人外在優點」以及「勿固執，多聽他人意見」（圖 14 和圖 15）。其中，男學生因重視「處事能力」，更添增「多培養自己客觀判斷事物的能力」以及「適度地增進自我人

聽他人意見」為有效減低自戀特質的方式（圖 14 和圖 15）。其中，男學生因為重視「處事能力」（圖 9 和圖 11），認為還要「多培養自己客觀判斷事物的能力」以及「適度地增進自我人際關係」（圖 14）。而女學生因為較重視個人外表（圖 10 和圖 11），認為「多探詢自己改進之處」以及「對自戀特質看待自然」為降低自戀療效。整體來說，此次受訪的男女學生，還是會依照自我首

際關係」(圖 14)。兩項目。而女學生因為較重視「外表」(圖 11)，更注意「多探詢自己改進之處」以及「對自戀特質看待自然」(圖 15)。

4. 此次較少自戀的受訪群中，其實多數均滿意目前的生活現狀，家庭幸福且有疼愛他們的親友(圖 5)。然而，不自戀的女學生當中，自卑程度還是比同年級男學生高(圖 5)，其中對於個人外表不自信者比例較高(圖 5)，也比男學生更在意目前流行的裝扮或穿著(圖 6)。而男學生較自卑者，主要在於自我處事能力不強而感抱憾(圖 5)，他們也的確比女學生更在乎外人讚美個人學業或處事能力表現(圖 8)。

肆●引註資料

李俊毅(譯)(2009)。佛洛伊德的「論自戀：一篇導論」(原作者:J.Sandler, E.S.Person, & P.Fonagy)。臺北市：五南。

林建宏(2014)。什麼樣的人離不開 Facebook-自戀人格的調節效果。國立中央資管所碩士論文，未出版，桃園市。

林敏雅(譯)(2005)。女性自戀(原作者：B. Wardetzki)。臺北市：商周。

柯幸如(2014)。國中生自戀、自尊、羞愧傾向與關係攻擊之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文，未出版，台北市。

洪羽維(2015)。探討大學生 Facebook 使用現況和幸福感知之關聯性研究-以自戀人格特質為調節變項。國立中山大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。

陳莉榛(2005)。台灣大學生自戀行為之特徵。東南學報，28，427-436。

黃莉娟(2010)。國中學生自戀特質、自尊與攻擊行為之相關研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系所碩士論文，未出版。彰化縣。

張秋桂(2003)。國中學生親子關係、自戀傾向與偏差行為之研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系所碩士論文，未出版。彰化縣。

鄭芬蘭(1998)。談自戀性人格異常。諮商與輔導，152，20-23。

蘇文章(2013)。單親家庭的親子關係與學童在校表現關聯性之研究-以嘉義縣海區、屯區為例。南華大學非營利事業管理學系碩士論文，未出版，嘉義縣。

伍●附錄：本次專題問卷(因篇幅所限，僅呈現部分問卷題目供作參考)

1. 請問您對個人自戀性程度為何？(單選)

☐極度自戀(90%-100%) ☐自戀(70%-80%) ☐有些自戀(50%-60%)
(選擇上列「自戀傾向」選項之一者，請跳至第 5 題繼續填答)

☐不太自戀(30%-40%) ☐不自戀(10%-20%) ☐極度不自戀(小於 10%)
(選擇上列「不自戀傾向」選項之一者，請繼續填答第 2 至 4 題)

2. (限第 1 題選「不自戀傾向」選項者填答)

請問您不會有自戀傾向的主要原因為何？(可複選，至多選兩項)

☐我對於自己的外表不甚自信，無法有外表自戀傾向。

☐我身邊有愛我及了解我的親友，所以我很難有自戀傾向。

- ☐我不是一位處事能力很強的人，常常覺得別人做的都比我好。
- ☐我喜歡廣結善友，不習慣與自己獨處與對話。
- ☐我很少收到親友們對我的讚賞，因此常覺得自己還有許多待努力之處。
- ☐我家庭人口多，大家相處融洽。因此我不會有自戀傾向。
- ☐我覺得目前我家庭幸福，又有疼愛和關心我的朋友，不太會有自戀傾向。
- ☐其它原因（請簡述）：_____

5.（限第1題選「自戀傾向」選項者填答）

請問您個人會有自戀傾向的主要原因為何？（可複選，至多選兩項）

- ☐我有著光鮮亮麗的自信外表。
- ☐我無法從他人得到適當的愛與關懷，只有我才能給自己愛與關懷。
- ☐我對於自我處事能力有信心，別人處理我的事我都不放心。
- ☐我不善處理外界人際關係，我只習慣與自己獨處與對話。
- ☐從小我就常受到親友高度讚賞，因此在我眼中只有自己是最棒最好的。
- ☐我在家中是獨生子（女），已習慣自我相處。
- ☐我過往曾有過感情創傷或背叛之痛，如今只相信我才能給自己真感情。
- ☐其它原因（請簡述）：_____

6.（限第1題選「自戀傾向」選項者填答）請問您認為在下列哪些事件中最有
可能突顯個人的自戀傾向？（可複選，至多選兩項）

- ☐外表 ☐穿著 ☐學業
- ☐處事能力 ☐家境富裕程度 ☐人際關係
- ☐其它事件（請簡述）：_____

7.（限第1題選「自戀傾向」選項者填答）請您判斷底下敘述符合「自戀」特質程度為何？（底下每一事項敘述，都必須勾選自戀性程度）

事項敘述	「自戀」特質符合程度			
	絕對有	可能有	不太有	絕對沒有
1. 為了引起他人注意，容易在外貌和行為過於吸引他人				
2. 誇張自我言行以及能力，參雜幻想情節				
3. 渴望他人的表揚和同情				
4. 自我中心強，強求別人一定要遵從				
5. 常依照個人情緒或情感來判斷事物				
6. 朝參加社交活動，引起他人注意。				
7. 對於長得像自己的成員感興趣。				