

單身微歧視與寂寞感 關聯性研究

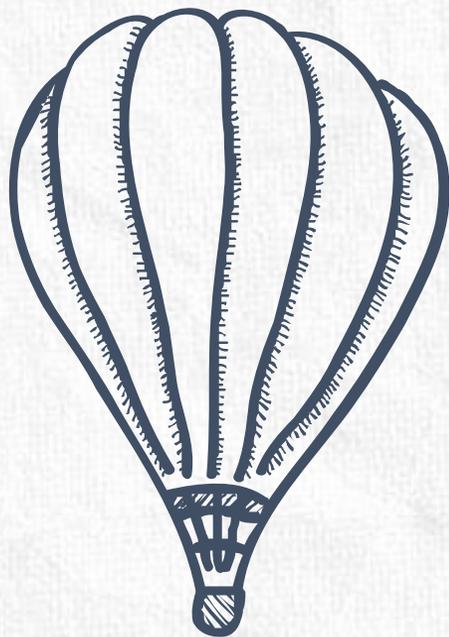


研究生：杜奕嫻



指導教授：翁志遠 教授

CONTENT



1

研究動機與目的

2

文獻回顧

3

研究方法與架構

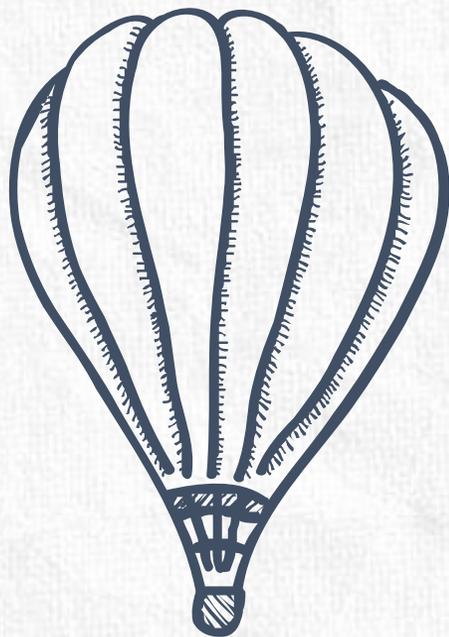
4

研究結果與限制

5

結論與建議

CONTENT



1

研究動機與目的

2

文獻回顧

3

研究方法與架構

4

研究結果與限制

5

結論與建議

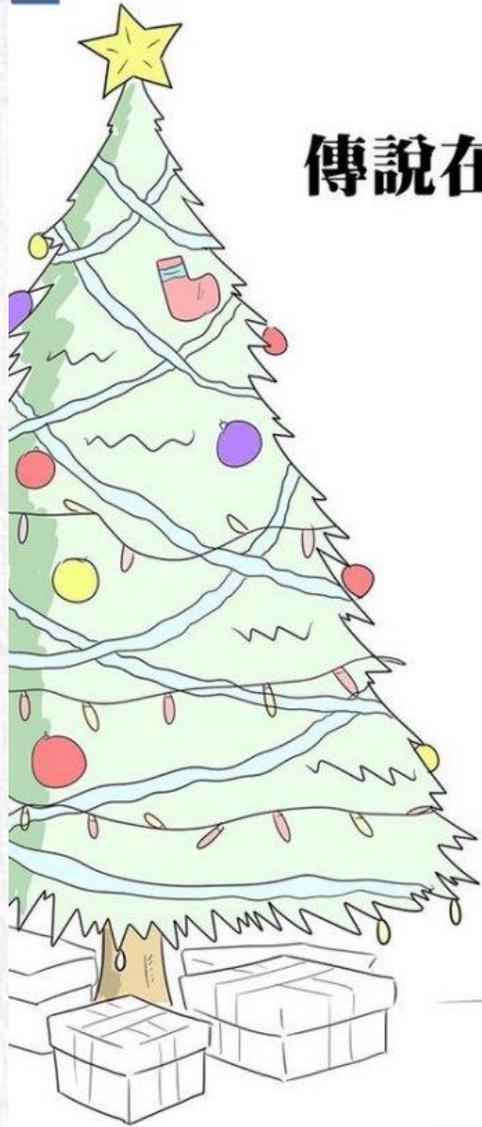
過年的靈魂拷問(成人版)

不要問很可怕！過年最怕被問到的十個問題

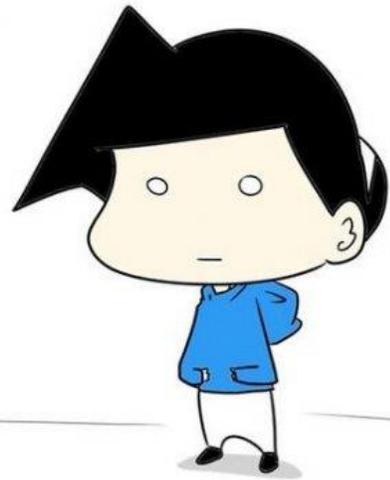
排名	最尷尬的話題	網路聲量
1	 什麼時候要結婚啊？	3,700
2	 有沒有男朋友/女朋友啊？	2,718
3	 薪水多少啊？	2,224
4	年終獎金發多少？	774
5	研究所/國考考得怎麼樣？	668
6	何時要買房子？	662
7	什麼時候生小孩啊？	551
8	在做甚麼工作？	338
9	小朋友在學校考第幾名啊？	229
10	不記得我是誰了嗎？	153

- 資料分析：透過機器人爬文機制建立網路文章庫，以關鍵字進行語意情緒判斷，分析時事網路大數據。
- 本資料統計日期：2014/8/5~2015/2/5
- 資料來源：DailyView網路溫度計(<http://dailyview.tw>)





**你知道嗎？
傳說在大二聖誕節前
還沒脫魯的話**



你就會單身到畢業



聖誕節魔咒？

- 朋友避之唯恐不及的恐怖傳說
- 網絡論壇間大量的討論
- 明顯的歧視vs. 若有似無的微歧視

FB

臺灣大學 · 2019年10月26日

大二聖誕節沒脫魯的傳說

家我丫 大一就聽人家說，大二聖誕節前沒有拖魯，...

46 28

中正大學 · 2021年12月27日

大二聖誕節後沒交到男/女朋友

有個傳聞就是大二聖誕節後還沒交到男/女朋友 ... 大學 請問這是真的...

7 12

中華大學 · 9月13日

聖誕節魔咒

如果大二聖誕節以前沒脫魯的話 ... 事情是這樣啦 我現...

6 9



節魔咒？

清華大學 · 9月30日

脫單

據說 如果大二聖誕節過完還沒交到男/女朋友 ... 脫單 大學畢業前就沒...

4 32

成功大學 · 2018年12月25日

大二聖誕節魔咒

為什麼大二聖誕節過後沒交到男女 ... 二聖誕節魔咒 那...

98 18

輔仁大學 · 2021年12月20日

輔大有一個傳說是大二聖誕節前...

你相不相信，都祝大家能夠在這個 ... 浪...

67 28



明顯的政視VS. 右有似無的徵政視

屏科大 · 3 天前

大二魔咒

大二聖誕節前沒有擺脫單身的人 ... ? 上大學之後覺得...

25 29

臺灣大學 · 2019年10月26日

大二聖誕節沒脫魯的傳說

家我丫 大一就聽人家說，大二聖誕節前沒有拖魯，...

46 28

老姑婆

無結婚的老女人



童身狗

中華大學 · 9月13日

聖誕節魔咒

如果大二聖誕節以前沒脫魯的話 ... 事情是這樣啦 我現...

6 9

中正大學 · 2021年12月27日

大二聖誕節後沒交到男/女朋友

有個傳聞就是大二聖誕節後還沒 ... 大學 請問這是真的...

7 12



節魔咒？

清華大學 · 9月30日

脫單

據說 如果大二聖誕節過完還沒 ... 脫單 大學畢業前就沒...

4 32

剩女/剩男

適婚年齡但未結婚

魯蛇

成功大學 · 2018年12月25日

大二聖誕節魔咒

為什麼大二聖誕節過後沒交到男女 ... 二聖誕節魔咒 那...

98 18

輔仁大學 · 2021年12月20日

輔大有一個傳說是大二聖誕節前...

你相不相信，都祝大家能夠在這個 ... 浪...

67 28



明顯的政視VS. 若有似無的政視

屏科大 · 3天前

大二魔咒

大二聖誕節前沒有擺脫單身的人 ... ? 上大學之後覺得...

25 29

生物？微生物？

電影？微電影？

鼓勵？微鼓勵？

歧視？微歧視？

積分？微積分？

整形？微整形？

李安？韋禮安？

日常生活中
針對某些特定族群
身份之短暫互動

可能是
口語、非口語
甚至是環境

在有/無意的互動中
傳達出敵視、輕視、
負面評價或者羞辱。

微歧視 (Microaggression)

(Pierce, 1970)



老姑婆

無結婚的
老女人



剩女/剩

適婚年齡
但未結婚

Microaggression 微歧視

我又沒有惡意，
怎麼會是歧視？

隱微的躲在善意背後的歧視

歧視以各種方式隱藏在主流社會裡，可能出於無心、無意的言語行動，每天說著、想著，漸漸形成並加強了刻板印象，默默對社會裡的一群人造成傷害；學習認知自己的微歧視，以後就不會再帶著既定的刻板印象跟他們交流！



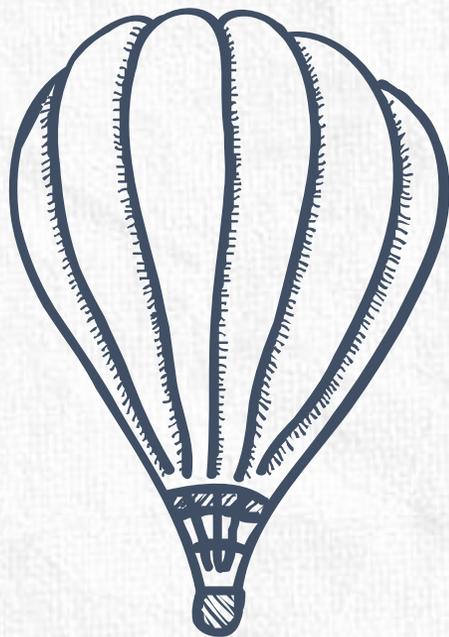
圖片來源：教育部臉書粉絲專頁



研究目的

- 瞭解大學階段單身微歧視現象的形式與普遍性。
- 瞭解微歧視作為一種單身壓力之來源，與寂寞感之間有何關聯。

CONTENT



1

研究動機與目的

2

文獻回顧

3

研究方法與架構

4

研究結果與限制

5

結論與建議



What is singlism ?



Feminism

女性主義



Racism

種族主義



Singlism

單身歧視

“ Singlism refers to the stereotyping, stigmatization, and discrimination against people who are not married.”





Signlism in our life



經濟層面

保險、租屋、薪資…



日常生活

電影院的座位、加班的第一人選…



健康層面

心理健康、肥胖、高血壓…



Singled Out:

How Singles Are Stereotyped, Stigmatized,
and Ignored, and Still Live Happily Ever After.

Bella DePaulo (2018)



Microaggression

Derald Win Sue (2007)

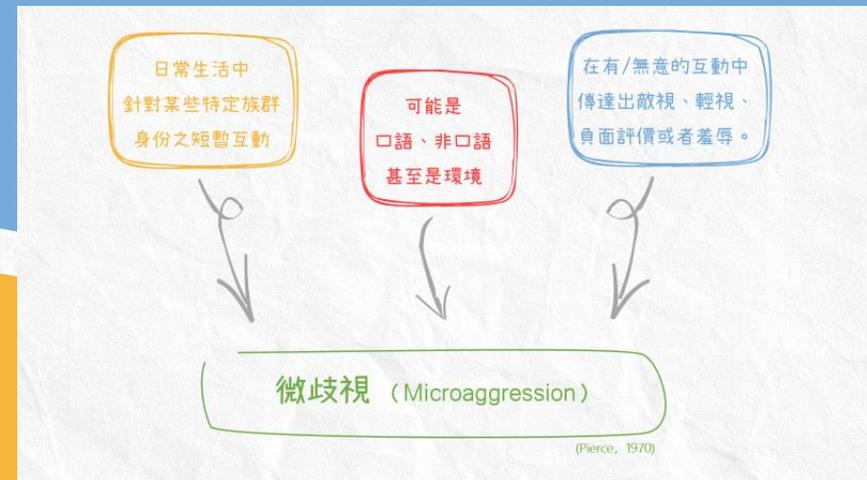
微攻擊 (micro assault)

微漠視 (micro invalidation)

微侮辱 (micro insult)

Chester Pierce (1970)

「美國非裔人口在日常生活接受到的，來自於其他非黑人美國人的不公平對待。」





Microaggression



Derald Win Sue (2010)

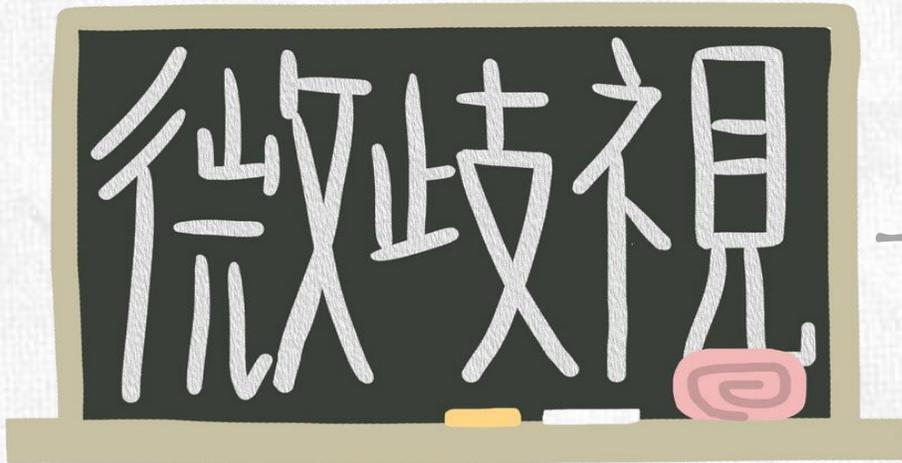
sexual orientation
microaggressions

陳玉臻 (2021)

長照員對同志被照護者持
微侮辱、微漠視態度



Microaggression



壓力

跨文化適應壓力

憂鬱

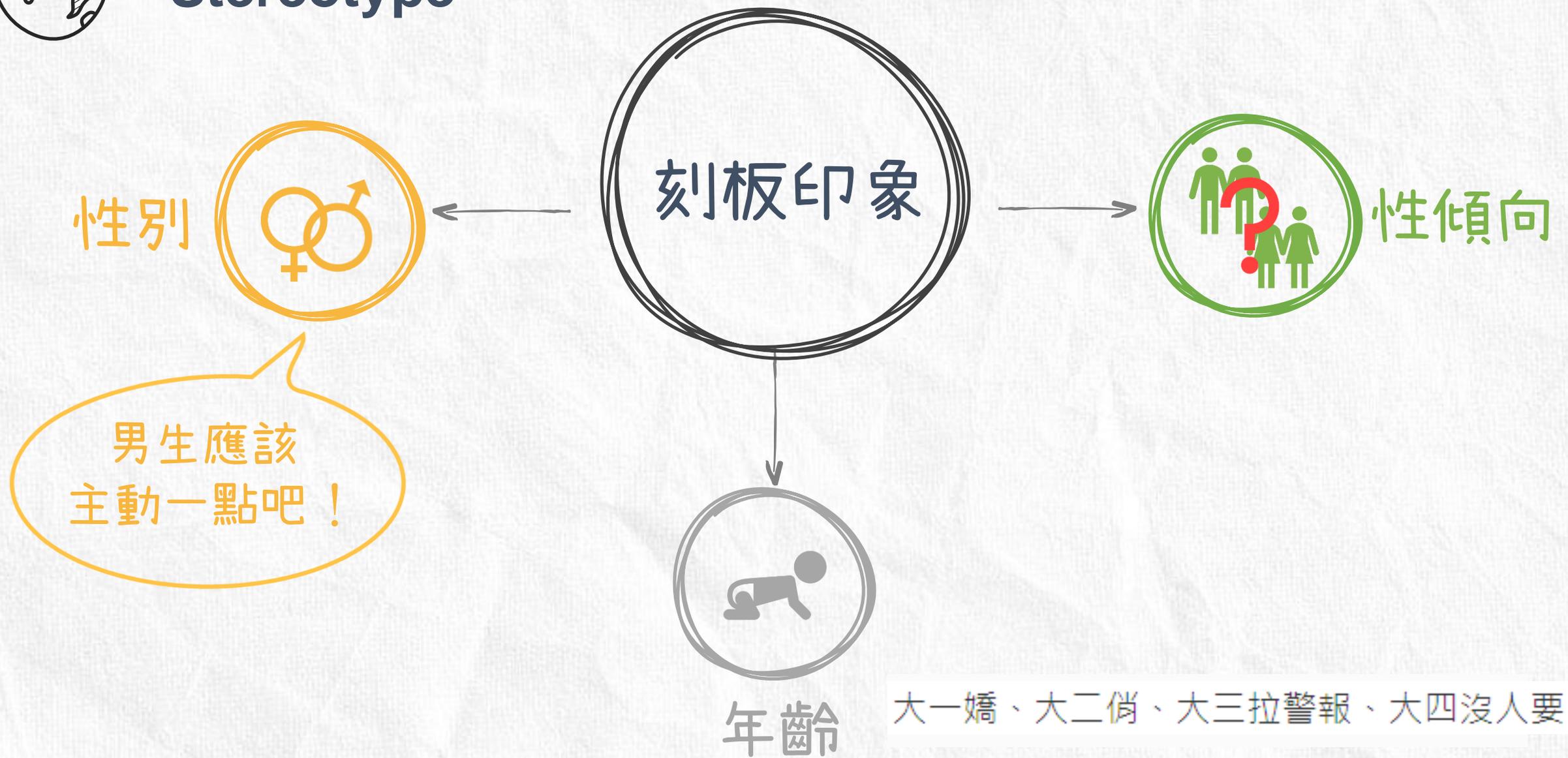
與微歧視成正相關

寂寞

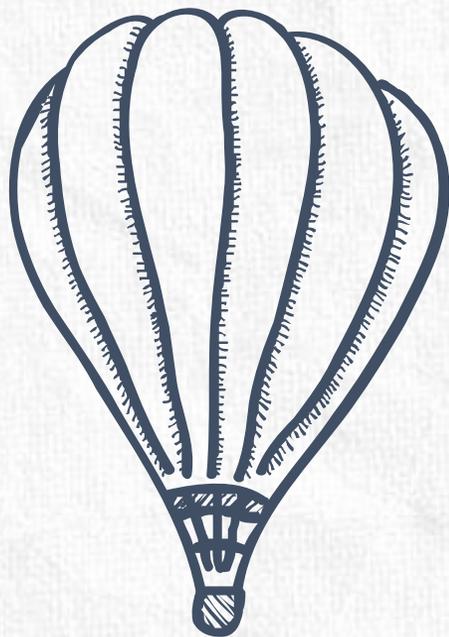
單身→加劇感受?



Stereotype



CONTENT



1

研究動機與目的

2

文獻回顧

3

研究方法與架構

4

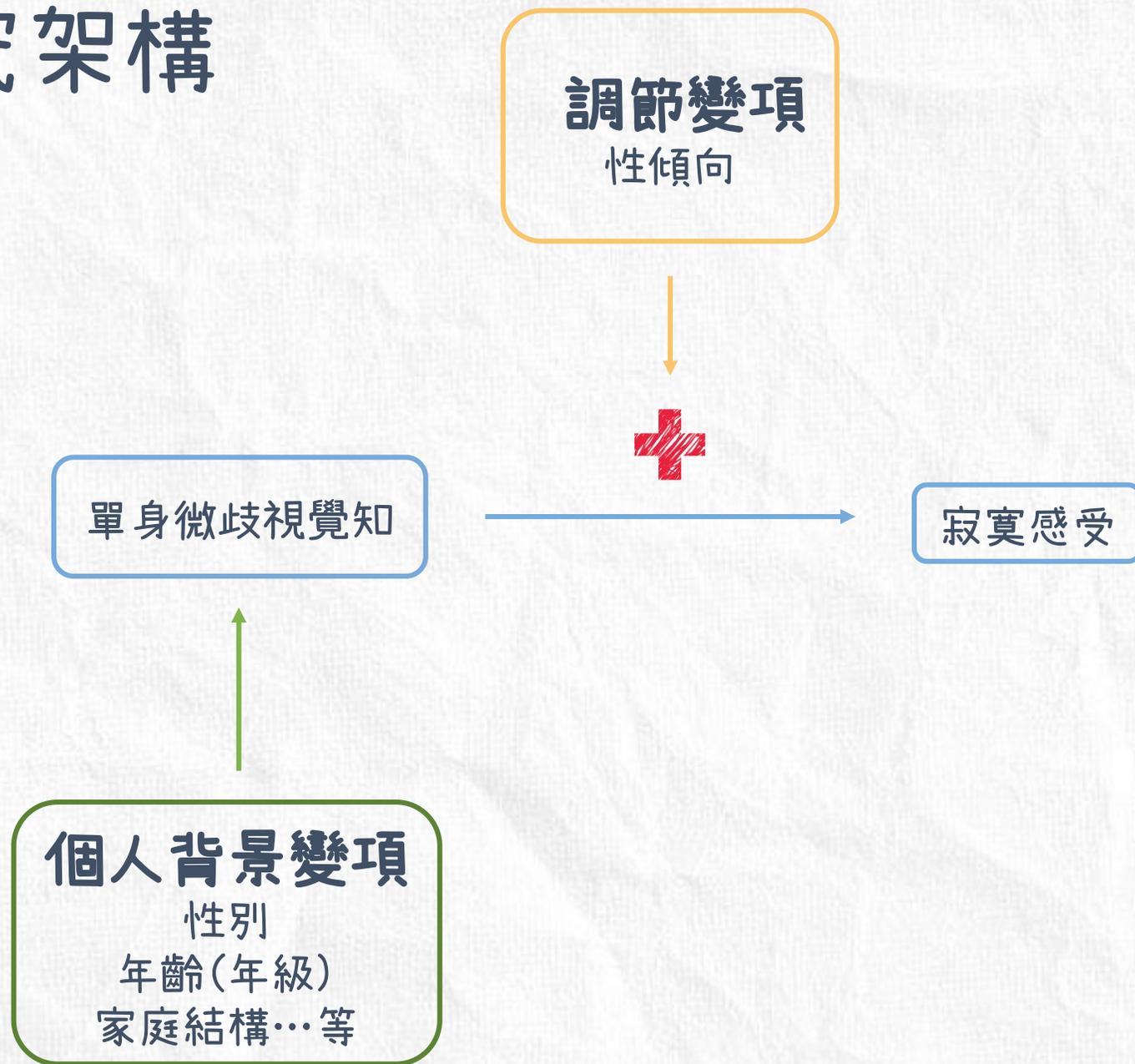
研究結果與限制

5

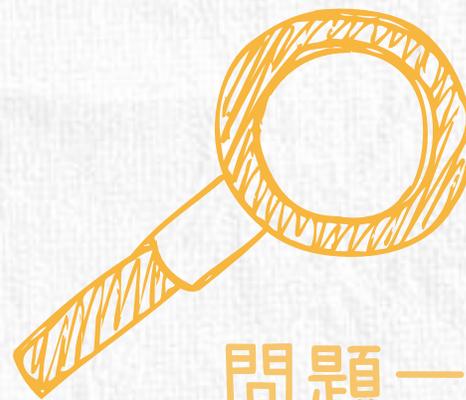
結論與建議



研究架構



研究問題



問題一：

不同背景變項大專院校生
單身微歧視知覺是否有明顯差異？

假設1-1：男性>女性

假設1-2：高年級>低年級。

研究問題



問題二：

微歧視覺知程度
與寂寞感之相關性如何？

假設2：兩者為正相關。

研究問題



問題三：

微歧視與寂寞感間的相關性是否
被個人背景變項調節？

假設3：相關性被性傾向調節。



研究方法與工具

混合方法

(mixed method)

問卷調查法+團體訪談法

研究工具

微歧視感知量表

UCLA寂寞感知量表(第三版)

01

02

03

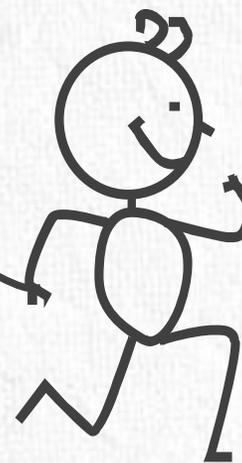
04

研究對象

單身的大專院校生

研究時間

2022/9/27~2022/10/08

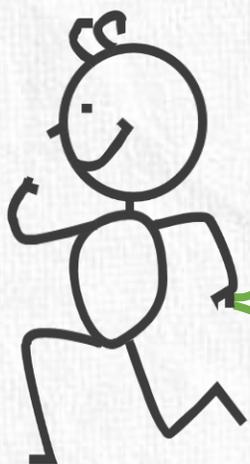




研究方法與工具

焦點團體訪談

以焦點團體訪談的形式做前測
根據受試者回饋調整量表，提高信效度



問卷調查

發放網路問卷

文獻+經驗

整理國內外相關量表改編題目；
參考朋友經驗融入問卷。



問卷回收情形

於社群平台(如Instagram)及網絡論壇(如Dcard)上發放

共回收 277 份，有效問卷 274 份。



微歧視感知量表

你在提及自己單身時會感到難以啟齒。 *

非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意

你在提及自己單身時會感到難以啟齒。

題數

一共26題，採**Likert**五點計分。

你會不願透露自己的感情狀態。 *

非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意

你會不願透露自己的感情狀態。

信度

Cronbach α 值為**0.908**(刪除第8、13題)。

好友都有另一半時，你會感到很有壓力。 *

非常不同意 不同意 普通 同意 非常同意

好友都有另一半時，你會感到很有壓力。

編製

參考國內外相關問卷+團體訪談。

平均

平均得分約為2.5分，介於普通至不同意之間。



中文版UCLA孤寂量表 (第三版)

你覺得你缺少朋友嗎？ *

從未 很少 有時候 經常

你覺得你缺少朋友嗎？

題數

一共20題，採**Likert**4點計分。

你覺得身邊沒有一個人可以求助依賴嗎？ *

從未 很少 有時候 經常

你覺得身邊沒有一個人可以求助依賴嗎？

信度

Cronbach α 值為**0.928**(刪除第30、45題)。

你覺得自己孤單嗎？ *

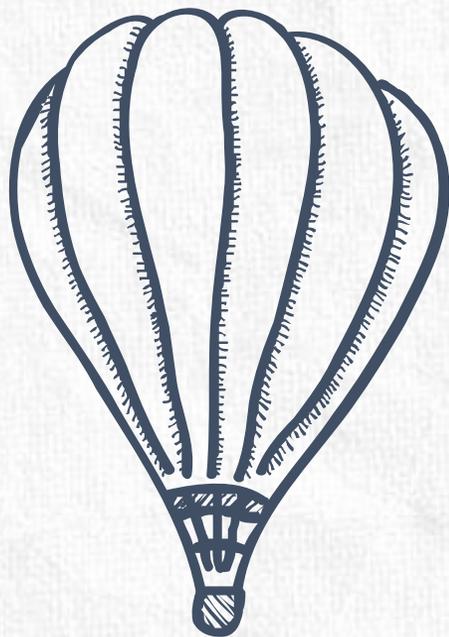
從未 很少 有時候 經常

你覺得孤單嗎？

編製

翻譯自1978年由RUSELL等人編製，1988年修訂為第三版的 UCLA Loneliness Scale。

CONTENT



1

研究動機與目的

2

文獻回顧

3

研究方法與架構

4

研究結果與限制

5

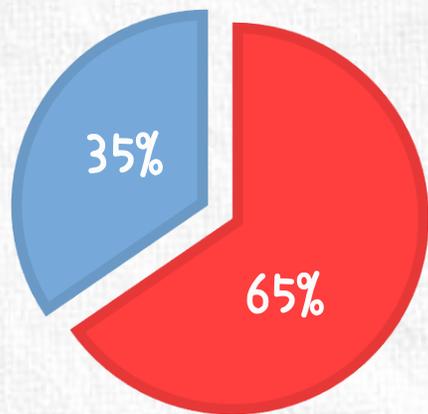
結論與建議



樣本比例

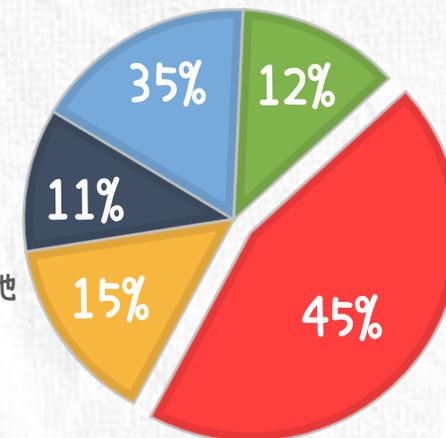
性別比例

■ 女性 ■ 男性



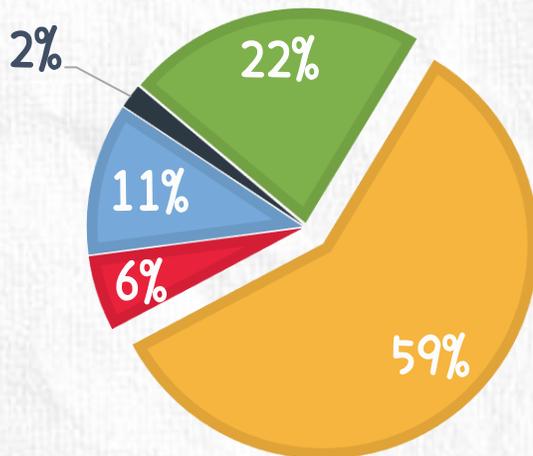
年齡比例

■ 大一 ■ 大二 ■ 大三 ■ 大四 ■ 大五(含)以上



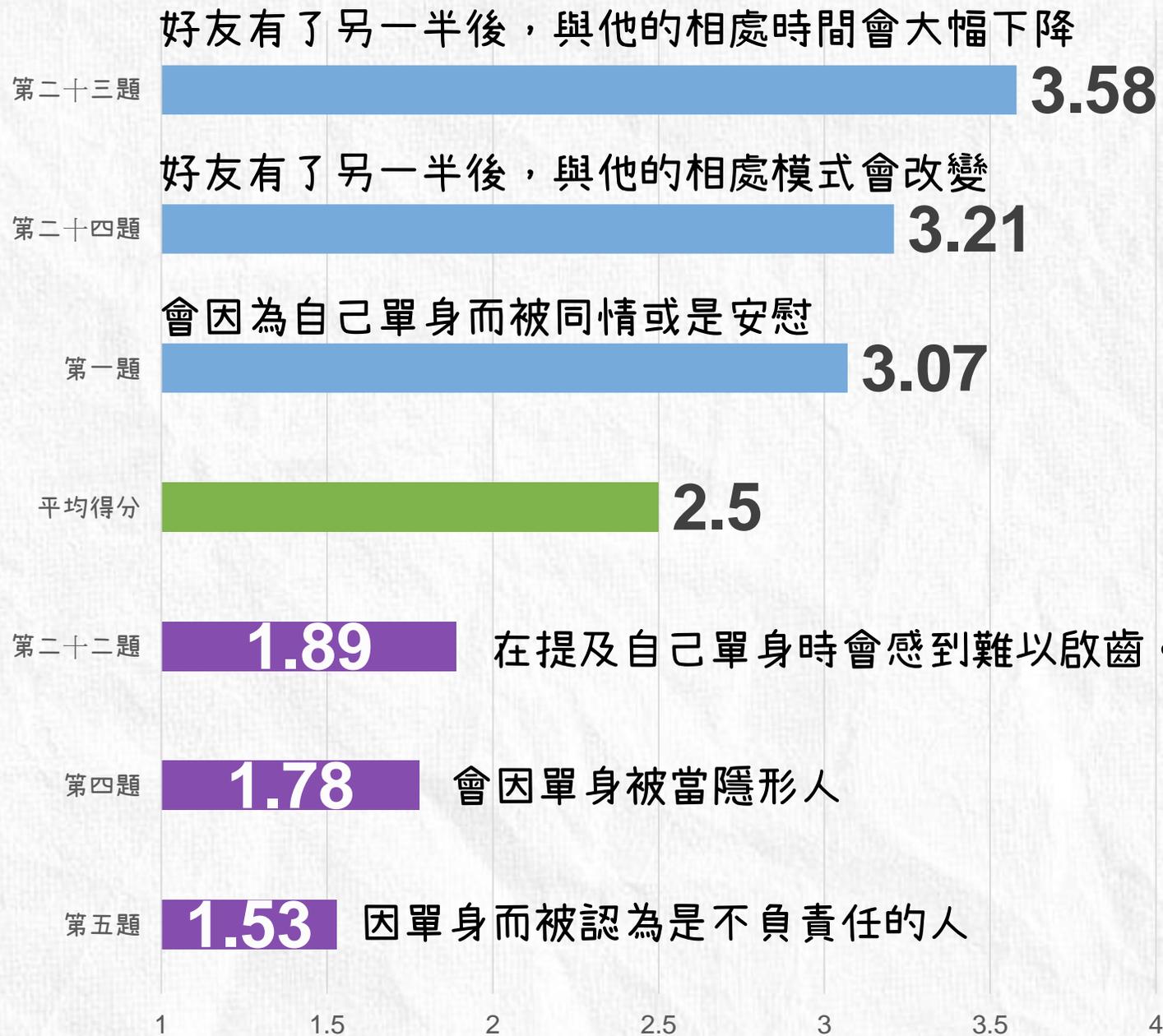
就讀學校

■ 國立大學 ■ 私立大學 ■ 國立科技大學 ■ 私立科技大學 ■ 其他





問卷得分

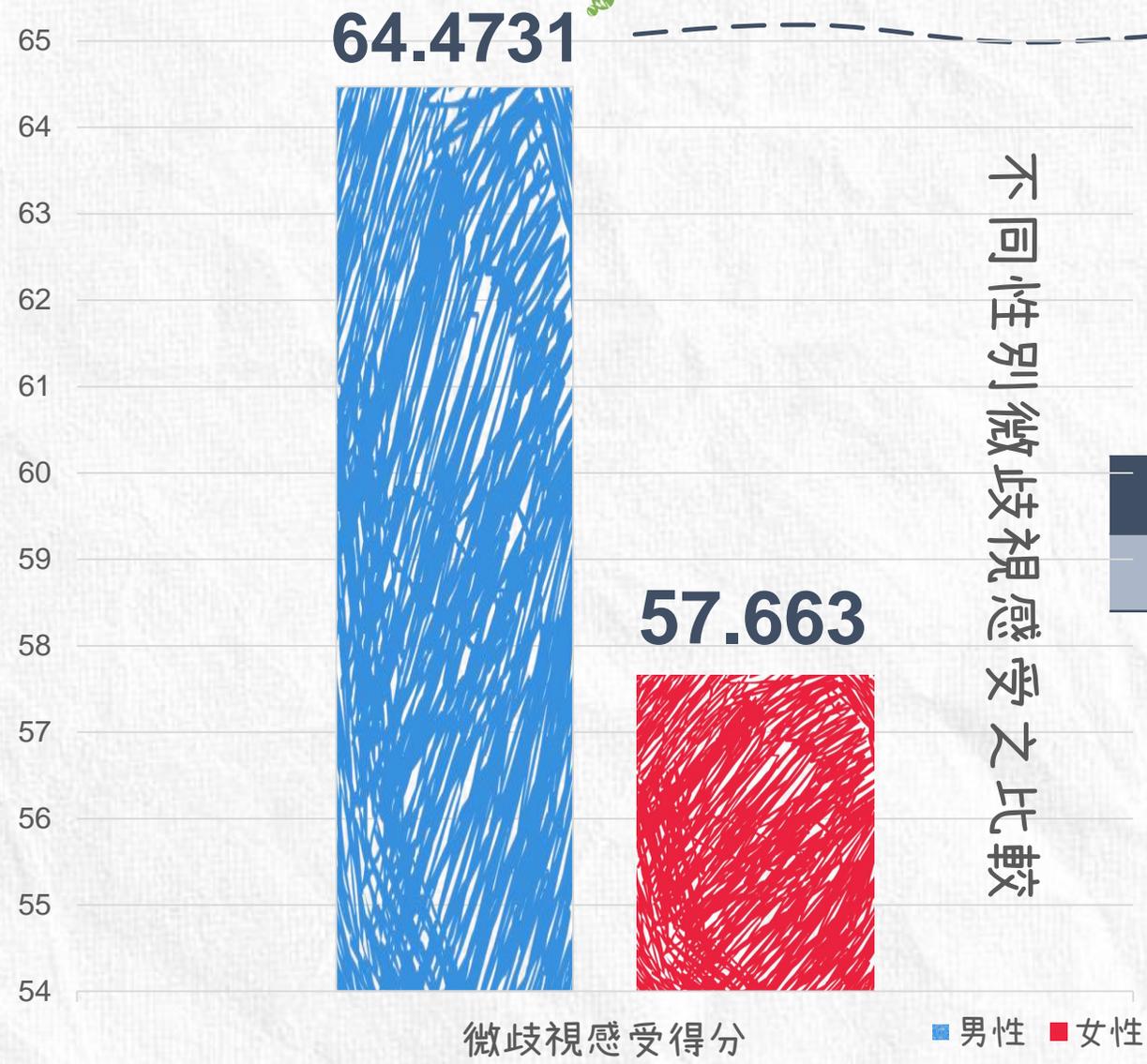


微歧視量表得分

假設 1-1

男性大專院校生 微歧視知覺大於女性

支持



獨立樣本T檢定

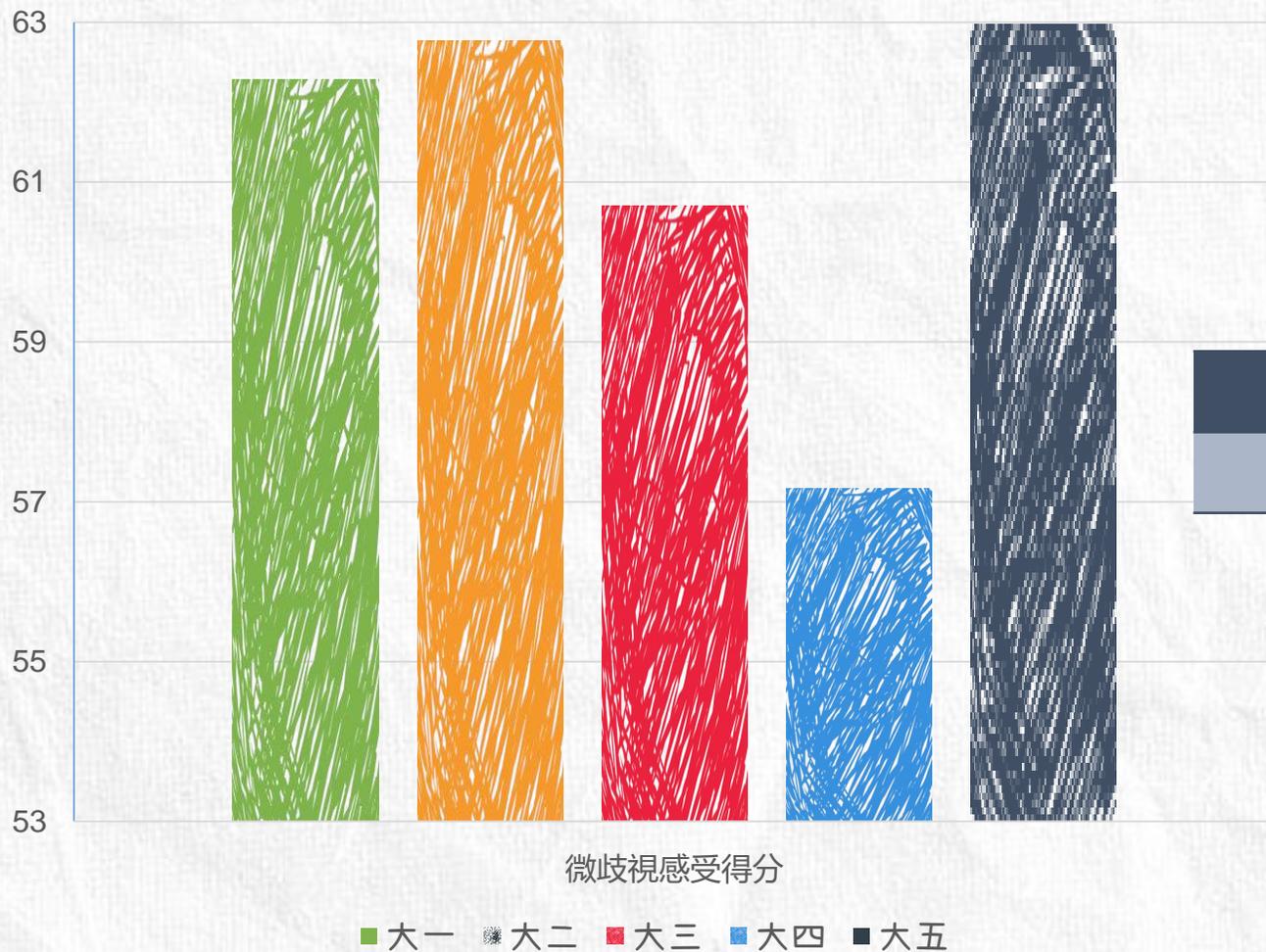
T值	P值(雙尾)	F值	總分相差
3.484	.001	1.440	7.1

假設1-2

高年級大專院校生
微歧視知覺大於低年級

不支持

不同年齡之微歧視感受比較



單因子變異數分析

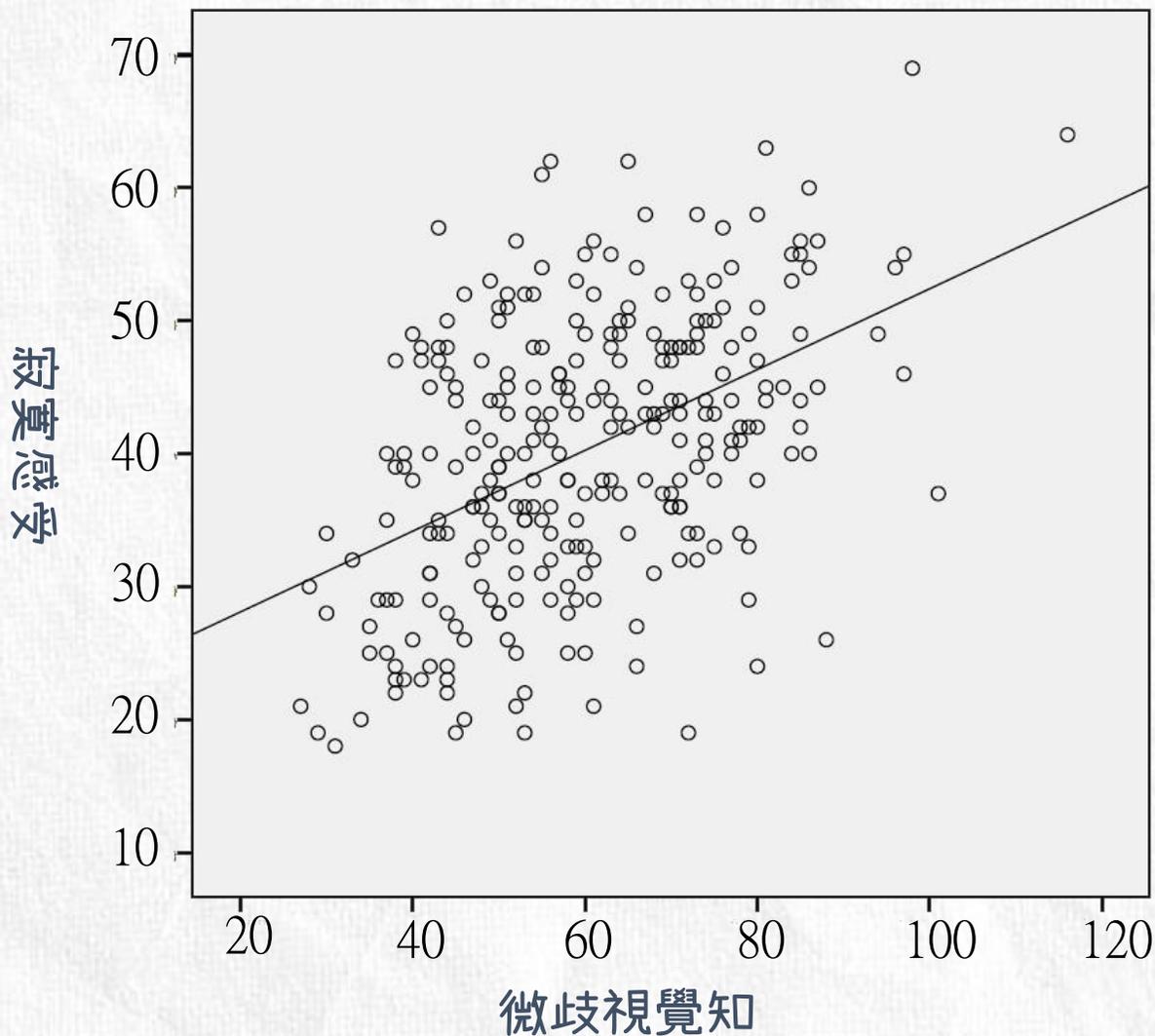
組間自由度	P值(雙尾)	F值
4	.100	1.965

假設2

微歧視覺知程度
與寂寞感受為正相關

支持

微歧視覺知與寂寞感受相關散佈圖



相關係數(R)

R^2

P值(雙尾)

0.463

0.214

.000

假設3

微歧視與寂寞感的 相關性被性傾向調節

	B之估計值	標準誤	P值(雙尾)
常數	58.726	4.635	.000
控制變項(共9項)	性別、年級、年收入、手足數量		
微歧視感受	0.294	0.038	0.000
調節變項(性傾向)	7.308	5.179	0.115
性傾向X微歧視感受	-1.802	1.530	0.240

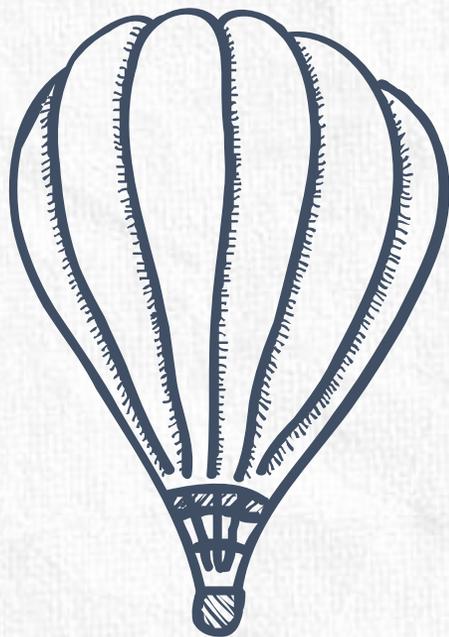
假設3

微歧視與寂寞感的 相關性被性傾向調節

不支持

	B之估計值	標準誤	P值(雙尾)
常數	58.726	4.635	.000
控制變項(共9項)	性別、年級、年收入、手足數量		
微歧視感受	0.294	0.038	0.000
調節變項(性傾向)	7.308	5.179	0.115
性傾向X微歧視感受	-1.802	1.530	0.240

CONTENT



1

研究動機與目的

2

文獻回顧

3

研究方法與架構

4

研究結果與限制

5

結論與建議



結論

微歧視感知情形



平均得分約2.5分，
情形未如預期中明顯。

性別差異



確實存在性別差異，
且男性感受比女性更為強烈。

年齡差異



在單身微歧視的感知程度上，
年級高低未有顯著的差別。



結論



相關性

微歧視覺知與寂寞感受
之間為中度正相關



性傾向

對兩者間關係並無調節效果



研究限制

01

代表性、 信效度不足

網路問卷樣本代表性不足；
自編問卷的效度有待提升。

因果關係

可看出關聯性，
無法確定因果關係。

02

03

文獻回顧不足

缺少過去研究參考與支持，
可能使假設不夠恰當。

04

填答誤差

作答結果未能如實反映
實際情形。



研究建議



單身微歧視量表



可加以修改完善，以利單身微歧視感知之測量更加精確

代表性



樣本數量及代表性可再提升。

相關知識普及



提高相關知識的討論度。





實務建議



提高意識

張貼相關海報
提高對微歧視的認知
避免無意間傷害



兼顧雙方

在伴侶及友人間取得平衡
社會網絡支持不可或缺



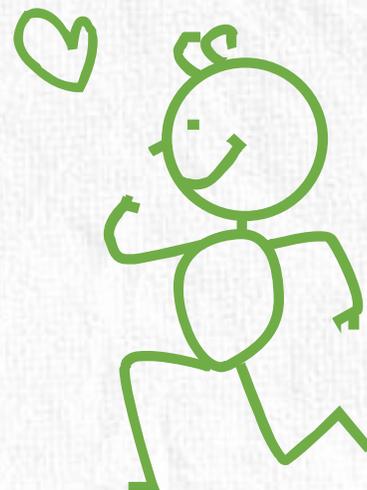
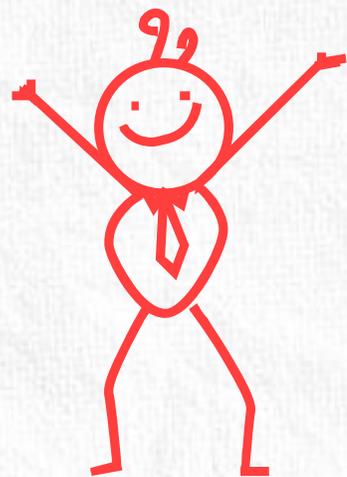
避免同情

日常相處時避免以
同情態度對待單身者



肯定自我

鼓勵單身者肯定自我價值
充實自我、享受單身



感謝聆聽
