

APRIL 2025

議論風發

2025東吳輔仁社會學青年論壇

城市目光下的衣著壓力：
北漂大學生的遷移經驗與裝扮焦慮

指導教授：巫麗雪

輔仁大學社會學系 林希宸



研究動機

- 後疫情時代（容貌焦慮）
- 容貌焦慮 → 裝扮焦慮
- 生命經驗中的遷移（直觀感受）
- 文獻啟發（朱虹，2008）



圖片取自：香港心理諮詢平台

研究問題

1.遷移經驗如何影響大學生的裝扮焦慮？

2.社會比較以及社交焦慮在遷移經驗與裝扮焦慮之關係中產生的影響為何？



文獻回顧

文化資本

時尚與品味

時尚知識以及論述能力作為一種文化資本，影響人們接收媒體訊息時的解讀能力（袁千雯，2006），也間接透露出消費能力和身分地位（李商旻，2012）。

裝扮的城鄉差異

1. 衣著符號

皮鞋與泥巴的代表（馮波和徐德明，2015）。

2. 包裝與改變

鄉下人會掩飾自身的土氣衣著並改變互動群體，以藏身於都市之中（朱虹，2008）。

文獻回顧



遷移

1.心理情緒影響

大學生進入一個全新的場域，這樣的環境變化容易導致習性與場域的失衡，而引發滯後效應和情緒痛苦（CHEN，2022）。

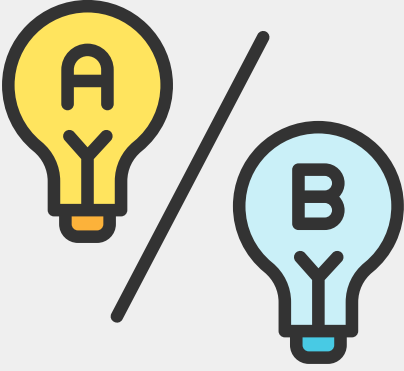
2.經濟因素

家庭壓力較大的學生，需捨去衣物與化妝品等額外費用。

3.消費行為之參照團體轉變

同儕、家人、朋友是最常被參考的對象，每個人都希望自己不要成為低於群體水準的那一個，因此會傾向改變自身的消費行為（孟蕾，2011）。

文獻回顧



社會比較

大學生愈常與人比較，可能進而產生愈多的憂鬱症狀（李孟頻，2021）。青少年對於同儕關係和外表評價的社會比較相當在意，且可能在比較的過程中對自尊造成影響（張梅楓，2009），不利的社會比較也可能影響個體的情緒狀態和幸福感，增加憂鬱等負向情緒的風險（BUUNK & YBEMA, 2003）。

社交焦慮

社交焦慮者往往更在乎自己所傳達的自我形象，並以負面的角度去解釋社交事件，用自我的視角去推估他人是如何評估自己的（郭嫻如，2008），而衣著打扮也影響著同儕互動關係與品質（陳婉真、梅淑鶯，2009）。

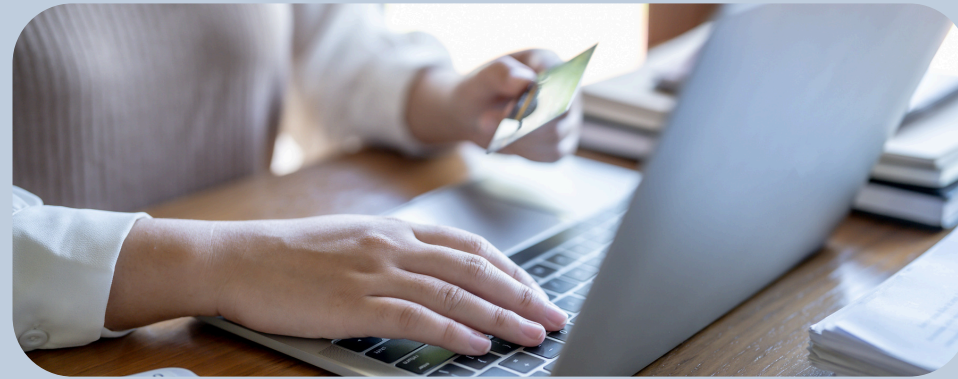
研究對象與方法

雙北大學生



輔仁大學、東吳大學、政治大學以及台北大學。

採用網路問卷



非記名方式，預計蒐集400份，並搭配配額抽樣。

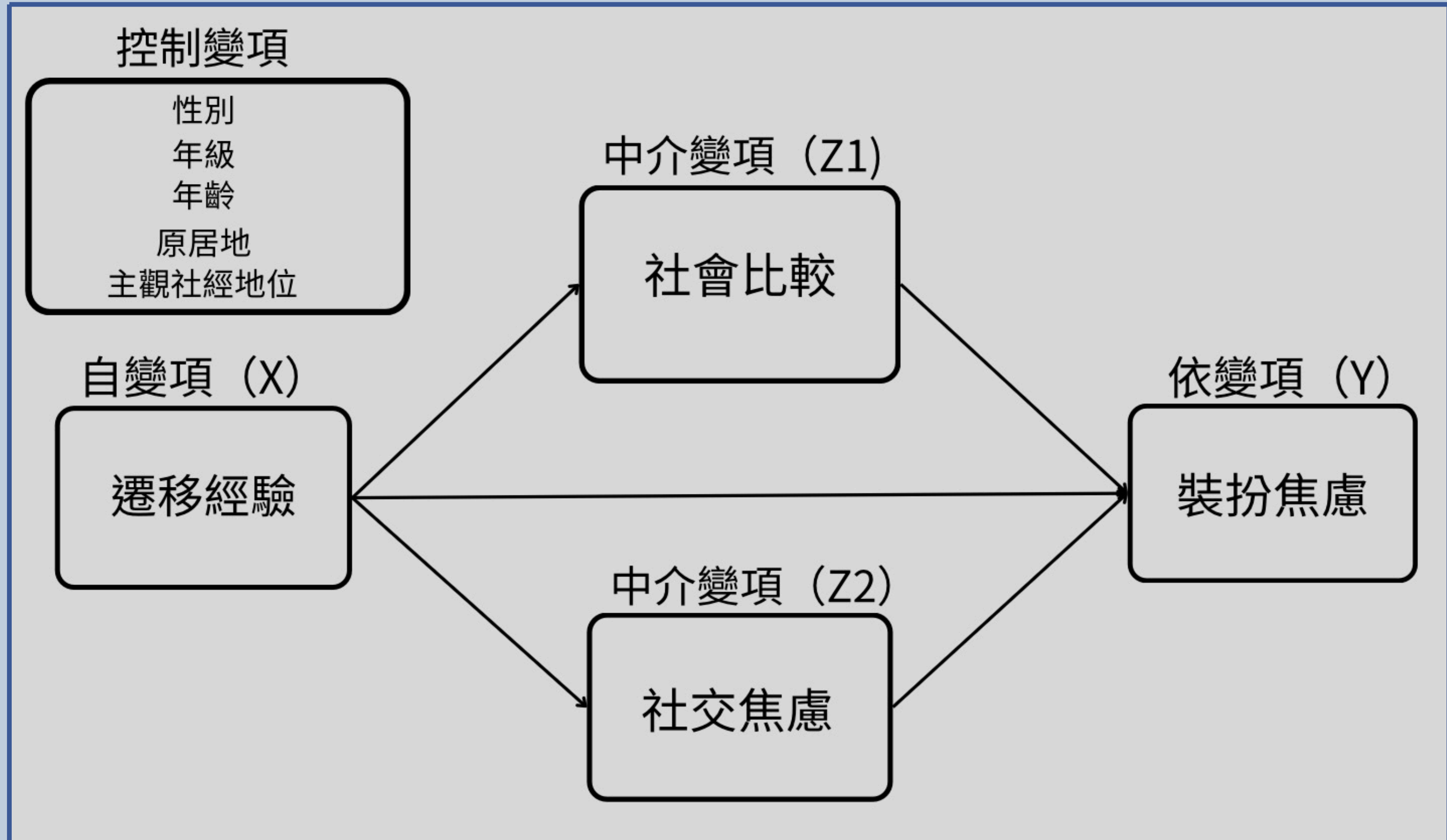
問卷搜集方法



透過IG、DCARD等社群平台宣傳之外，研究者將聯絡各系所辦公室，協助發放問卷，並搭配實際走訪。



研究架構與步驟



變項測量

1. 依變項-**裝扮焦慮**

自編問卷，參考學者王正松和王建興（2004）中文修訂版多向度自我身體關係問卷與衣著裝扮相關題目，並加入自編題目。

（採用李克特式五點量表）

2. 自變項-**遷移經驗**

研究者想了解遷移經驗史的作用，透過問卷詢問受訪者從何地遷移至何地，並判斷受訪者在不同都市化程度地區的移動。



變項測量



控制變項

性別

年級

年齡

原居地

主觀社經地位

中介變項

A. 社會比較

研究者將參考楊麗珠（2012）的社會比較傾向量表中的一般社會比較傾向量表部分，以及楊雅如（2014）有觀社會比較之問卷題目，自行發展一套有關裝扮的社會比較量表。

（使用李克特式五點量表）

B. 社交焦慮

變項測量將參考沈秋玲（2011）所編制的量表題目，以及吳俊毅（2023）所使用之社交焦慮量表與大學生孤寂感量表的部分題目，編制為20題的社交焦慮題目。

（使用李克特式五點量表）

裝扮焦慮

11. 請您判斷以下敘述與您的實際狀況符合程度？

(1) (2) (3) (4) (5)
從未 很少 有時 時常 總是
如此 如此 如此 如此 如此

- | | | | | | |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a. 仔細選購您穿起來好看的衣服 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| b. 一有機會，您就會從鏡子檢視自己的外表 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| c. 您外出前花很多時間準備穿著 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| d. 看起來好看的穿著對您是重要的 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| e. 您身上裝飾品不搭時，會馬上察覺 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| f. 出席正式場合前，您總是會注意自己裝扮 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| g. 您特別在乎自己跟不上流行 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| h. 您很在意自己衣服搭配的樣子 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| i. 衣著裝扮不是您會考量的事情 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| j. 您會因穿著跟別人不一樣而感到焦慮 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| k. 您會在意別人對自己穿著的評價 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

社會比較（網絡資訊）

12. 請您判斷以下敘述與您的實際狀況符合程度？

(1) 從未如此
(2) 很少如此
(3) 有時如此
(4) 時常如此
(5) 總是如此

- | | | | | | |
|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a. 您會比較自己與社群媒體上他人的穿搭風格 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| b. 您希望自己能與社群媒體上時尚人物或網紅一樣有品味 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| c. 您會花時間瀏覽網路媒體上的穿搭內容 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| d. 您會隨著網絡流行趨勢而改變自己的穿搭方式 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| e. 您曾覺得自己的穿搭跟不上社群媒體的時尚趨勢 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| f. 您覺得需要依據社群媒體的穿搭時尚來改變搭配風格 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| g. 您覺得您的穿搭不遜色於網紅或時尚名流 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| h. 您會嘗試社群媒體上的熱門服飾 | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

社會比較（同儕團體）

13. 請您判斷以下敘述與您的實際狀況符合程度？

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
從未如此	很少如此	有時如此	時常如此	總是如此

a. 您會覺得自己的穿著比不上同儕的時尚穿著

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

b. 您會關注同儕的穿著打扮

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

c. 您在意自己是否比周圍的人有更體面的穿著

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

d. 您會依據他人對某種穿著的反應，判斷自己穿著打扮搭的合適度

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

e. 您不會和周遭朋友的穿著做比較

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

f. 您喜歡和朋友討論穿著打扮的想法

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

g. 您會拿身邊朋友的穿搭風格和其他人比較

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

h. 您在參加重要場合前，會確保自己的穿搭不比他人遜色

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

社交焦慮

(採用李克特式五點量表)

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
從未如此	很少如此	有時如此	時常如此	總是如此

a. 您在意其他人對您的看法	☐	☐	☐	☐	☐
b. 您害怕別人拒絕您，而傾向不邀請別人和您一起做一些事	☐	☐	☐	☐	☐
c. 您和不太熟的人講話時會感到緊張	☐	☐	☐	☐	☐
d. 您只跟我熟識的人談話	☐	☐	☐	☐	☐
e. 您在學校覺得寂寞	☐	☐	☐	☐	☐
f. 您害怕和別人互動時會臉紅	☐	☐	☐	☐	☐
g. 您擔心被別人注意時可能會顫抖	☐	☐	☐	☐	☐
h. 您擔心別人會覺得您的行為怪異	☐	☐	☐	☐	☐
i. 您在他人面前說話時，會感到緊張	☐	☐	☐	☐	☐
j. 當您被別人注意時，會顯得緊張、笨拙	☐	☐	☐	☐	☐
k. 您容易與同年紀的人交朋友	☐	☐	☐	☐	☐
l. 在街上遇到不是很熟的人，您會緊張起來	☐	☐	☐	☐	☐
m. 參加社交活動時，您會覺得不舒服	☐	☐	☐	☐	☐
n. 您獨自與另一個人在一起時，會覺得緊張	☐	☐	☐	☐	☐
o. 在社交聚會場合與他人互動，是一件輕鬆的事	☐	☐	☐	☐	☐
p. 您和別人交談有困難	☐	☐	☐	☐	☐
q. 在團體中，您會感到緊張	☐	☐	☐	☐	☐
r. 當您和一群人在一起時總是安靜	☐	☐	☐	☐	☐
s. 您不知道要不要和不熟的人打招呼	☐	☐	☐	☐	☐
t. 在任何場合都能想到要說的話，您覺得是容易的	☐	☐	☐	☐	☐

總結

研究者目前仍在表單前測的階段，研究預期能夠得知遷移經驗對裝扮焦慮的影響，幫助探討遷移經驗如何影響個體的裝扮焦慮，藉此來填補目前文獻中對此關係的研究空白。此外，揭示社會比較與社會焦慮的中介角色，分析社會比較與社會焦慮在遷移經驗與裝扮焦慮之間的中介作用，提供新的視角去了解其中的關聯。期望此研究能為未來研究提供基礎，並鼓勵學者進一步探討相關議題。

資料來源

圖片來源：[HTTPS://WWW.JAMWELLNESS.IO/2023/05/02/%E5%AE%B9%E8%B2%8C%E7%84%A6%E6%85%AE%EF%BD%9C%E7%B8%BD%E8%A6%BA%E5%BE%97%E4%B8%8D%E5%A4%A0%E7%BE%8E%E4%B8%8D%E5%A4%A0%E7%98%A6%EF%BC%9F5%E5%80%8B%E7%89%B9%E5%BE%B5%E5%AF%A9%E8%A6%96%E8%87%AA%E5%B7%B1/](https://www.jamwellness.io/2023/05/02/%E5%AE%B9%E8%B2%8C%E7%84%A6%E6%85%AE%EF%BD%9C%E7%B8%BD%E8%A6%BA%E5%BE%97%E4%B8%8D%E5%A4%A0%E7%BE%8E%E4%B8%8D%E5%A4%A0%E7%98%A6%EF%BC%9F5%E5%80%8B%E7%89%B9%E5%BE%B5%E5%AF%A9%E8%A6%96%E8%87%AA%E5%B7%B1/)

參考文獻：

朱虹（2008）。身體資本與打工妹的城市適應。社會，28(6)，153-175。

吳俊毅（2023）。大學生基本需求、社交焦慮與孤寂感相關研究（未出版碩士論文）。國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所，高雄。

沈秋玲（2011）。高社交焦慮者在評價下之焦慮情緒和逃避行為：關注自我與關注他人之比較（未出版碩士論文）。國立臺灣大學心理學研究所，台北。

楊麗珠（2012）。社會比較量表之發展及與主觀幸福感結構關聯性之探討（未出版之碩士論文）。國立臺南大學測驗統計研究所碩士班，臺南市。

楊雅如（2014）。社會比較與人格對大學生憂鬱情緒之影響（未出版之碩士論文）。中山醫學大學心理學系暨臨床心理學碩士班，台中。

WANG, C. S., & WANG, C. H. (2004). THE REVISION OF THE TRANSLATED MULTIDIMENSIONAL BODY-SELF RELATIONS QUESTIONNAIRE. 臺灣運動心理學報, (5), 101-126.

資料來源

參考文獻：

袁千雯（2006）。時尚消費、名人效應的閱聽人接收分析（未出版碩士論文）。國立臺灣大學新聞研究所，台北。

李商旒（2012）。時尚消費：服裝品味的社會建構（未出版碩士論文）。淡江大學法國語文學系碩士班，新北。

馮波、徐德明（2015）。“鄉下人進城”衣食住行日常敘述的差異美學。文藝理論研究，34(3)，42-50。

孟蕾（2011）。文化符號的建構和區隔——轉型期青年消費時上的形成。發表於「2011年兩岸三地華人青少年研究學術研討會」。台北：中央研究院社會學研究所。

張梅楓（2009）。客觀表現與社會比較對青少年自尊的預測（未出版碩士論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系在職進修碩士班，台北]。

陳婉真、梅淑鶯（2009）。社交焦慮高中學生「內在自我聚焦與外在威脅偵測量表」之編製與發展。屏東教育大學學報-教育類，(33)，515-545。

BUUNK, B. P., & YBEMA, J. F. (2003). FEELING BAD, BUT SATISFIED: THE EFFECTS OF UPWARD AND DOWNWARD COMPARISON UPON MOOD AND MARITAL SATISFACTION. *BRITISH JOURNAL OF SOCIAL PSYCHOLOGY*, 42(4), 613-628.

"CHARITY IS
ABOUT THE LOVE
OF GIVING, NOT
THE WEIGHT OF
THE OFFERING."

JAMIE CHASTAIN
FOUNDER OF RIMBERIO FOUNDATION



KEEP IN TOUCH

GET THE LATEST INFORMATION AND UPDATES ABOUT OUR PROGRAM



TELEPHONE

+123-456-7890

E-MAIL

HELLO@REALLYGREATSITE.COM

ADDRESS

123 ANYWHERE ST., ANY CITY

WE'RE
LOOKING
FORWARD TO
YOUR
GENEROUS
ASSISTANCE

