

親密關係中傷害性溝通的親社會過程： 受傷感、建設性溝通與關係結果之研究*

孫懋嘉**

投稿日期：2023 年 3 月 3 日；通過日期：2023 年 6 月 27 日。

* 作者感謝匿名評審與編輯委員會的指證與建議。

** 孫懋嘉為國防大學新聞學系副教授，e-mail: mcsndu@gmail.com。

本文引述格式：

孫懋嘉（2024）。〈親密關係中傷害性溝通的親社會過程：受傷感、建設性溝通與關係結果之研究〉，《新聞學研究》，159，49-94。https://doi.org/10.30386/MCR.202404.0006

《摘要》

當前傷害性溝通的文獻多聚焦於受傷感對人際關係所造成的負面影響，卻鮮少關注傷害性溝通有助於改善親密關係的親社會過程。為補充文獻之不足，本研究旨在探討在親密的人際關係中，受傷感如何透過不同類型的建設性溝通來改善關係的人際互動過程。本研究使用 Qualtrics 問卷軟體進行網路問卷調查，並於 Amazon Mechanical Turk 平台招募 405 位受測者。

研究結果顯示，儘管受傷感讓人感到痛苦和不愉快，但當人們感到受傷時，仍會選擇使用可改善關係的建設性溝通來因應感情上的威脅。在嚴重受傷事件中，受傷感會引發整合性溝通（主動型）和忠貞等待（被動型）並進而增進正面關係結果，同時，受傷感透過整合性溝通亦可減緩負面關係結果，但透過忠貞等待卻可能會產生負面關係結果。在輕微受傷事件中，受傷感僅可藉由整合性溝通來促進正面關係結果。整體而言，在令人滿意的親密關係中，受傷感具有維繫和改善親密關係的功能，特別是，主動型建設性溝通不僅可促進關係改善，亦可減緩因受傷事件對感情關係造成的傷害。

關鍵詞：受傷感、建設性溝通、傷害性溝通、親密關係

壹、前言

傷害性溝通 (hurtful communication) 是在親密的人際關係中常見的一個現象，伴侶間時常因相處上的摩擦或感情問題，而引發受傷的感受。「受傷感」 (hurt feelings) 是一種人際的心理傷痛 (social pain)，屬於高度負向的情緒，且經常發生於親密關係 (intimate relationship) 的情境中 (Feeney, 2009; Leary et al., 1998)。如同其他負面情緒，受傷感會讓人感到不愉快和痛苦 (MacDonald, 2009)，而且經常會產生一些負向的感情關係作用 (relational functioning)。過往研究發現，受傷感會使受傷者不斷反覆思索著 (ruminate) 情感受傷的事件 (Miller & Roloff, 2014)、使用破壞性溝通方式 (destructive communication) 來和親密夥伴互動 (Feeney, 2004)、對當前的親密關係感到不滿意 (Vangelisti & Young, 2000)，甚至導致感情關係上的傷害 (Zhang & Stafford, 2009)。在多數情況下，這些由受傷感所產生的負面行為反應皆不利於伴侶間的親密感 (intimacy) 和感情關係的維繫 (relationship maintenance)。

受傷感雖會讓人產生反感而排斥 (aversive)，但它不僅可被視作一種表達關係性質 (relationship-oriented) 的情緒，反映出人們對其感情關係的擔憂 (Sanford, 2007)，而且也是一種感情指標 (relational indicator)，能反映當前的感情關係正遇到什麼問題 (Vangelisti, 2009)。受傷感能反映當前的感情狀態，是因為受傷感大多源自於伴侶對關係的貶損 (relational devaluation) (Leary et al., 1998)。這樣的關係貶損會威脅到人們對於歸屬感的基本需求，進而促使其採取一些改善關係的行為 (relationship-constructive behavior) 來維持或修復當前不穩定的感情關係 (Chester et al., 2016; Ferris et al., 2019; Leary & Springer,

2001)。然而，大多數研究親密關係中傷害性溝通的文獻多聚焦於受傷感對人際溝通和親密關係的負面影響（Malachowski & Frisby, 2015; McLaren & Solomon, 2008; Miller & Roloff, 2014; Young et al., 2023; Zhang & Stafford, 2009），而鮮少探討受傷感的正面效益，目前僅有少數一些研究針對受傷感、正向溝通行為和人際關係進行探討，例如：Bachman & Guerrero（2006a, 2006b）和 Feeney（2004）檢視受傷感與建設性溝通（constructive communication）的關聯性；Lemay et al.（2012）調查受傷感能否有利於改善人際互動的結果。

儘管這些少數研究已發現受傷感對親密關係有潛在的正面影響，但受傷感如何對親密關係產生正向效益的過程仍尚未被明確探討，其主要原因有二。第一、當前相關研究僅分別單獨調查受傷感與建設性溝通（Bachman & Guerrero, 2006b）和受傷感與正面關係結果等之間的關係（Lemay et al., 2012），目前尚未有研究同時檢視這三個變項間的關聯性。進一步而言，由於受傷感所引發的溝通行為反映了人們如何評估（appraise）受傷事件和其感情關係，因此要了解受傷感經驗（hurtful experience）如何改善伴侶間不穩定的關係，必須先要了解人們在經歷受傷感時如何以建設性溝通來回應伴侶，以及這些溝通行為能否有效改善伴侶間的關係。另外，建設性溝通在一些受傷感研究中僅以單一面向的構念（a single-faceted construct）來進行測量（Feeney, 2004; Lemay et al., 2012; Sanford, 2007），雖然研究結果有助於了解受傷感和建設性溝通的關係，但卻無法獲知人們對受傷事件如何正向回應的細節。有些研究改善了前述的研究限制，以多面向構念方式測量，檢視不同類型的建設性溝通和受傷感的關係（Bachman & Guerrero, 2006a, 2006b），而美中不足的是，這些研究卻未進一步探討這些溝通行為對關係改善的效益。

第二、多數的受傷感研究皆以事件回溯法（retrospective method）來觸發受測者的受傷感經驗，並進而評估後續的溝通行為和關係結果。多數研究都要求受測者回憶一件過往所經歷的受傷事件（Feeney, 2004; Vangelisti et al., 2005），而受測者很可能只會挑選有強烈受傷感或尚未解決的事件，這是因為該類事件通常會讓受測者記憶深刻（Lemay et al., 2012）。再者，有些研究者會要求受測者回憶非常傷心的事件（Malachowski & Frisby, 2015）或是最近發生的受傷事件（Bippus & Young, 2012）。不論有無給予受測者明確的事件回溯指示，回憶單一事件都僅能讓研究者觀察到有限的受傷感變異情形（limited variance），而這樣的研究設計便容易忽略，在不同嚴重程度的受傷情境中，可能也會發生有利於關係維繫或改善的情形（McLaren & Solomon, 2008）。由於受傷事件是令人不愉快的經驗，故受測者通常只會記得令他們記憶深刻的事件，而在一些非嚴重受傷事件中所發生的正向互動行為（如：道歉、原諒）則相對容易遺忘（Lemay et al., 2012）。此外，回憶單一事件亦無法評估人們在不同嚴重程度的受傷事件中如何採用利於關係維持的溝通行為。

此外，Baker et al.（2014）回顧過往各種負面情緒如何改善親密關係的相關研究總結出，負面情緒雖令人痛苦及難過，但卻能促使伴侶察覺感情的問題點並試圖去解決它，以便改善彼此的關係。可惜的是，Baker et al.（2014）所回顧的負面情緒並未包含受傷感，這顯示當前探討受傷感對親密關係有正向效益的實證研究仍付之闕如。然而，同屬負面情緒的受傷感，理應與其他負面情緒一樣皆有助於關係維繫的特性。雖然目前少數研究已發現受傷感和正向溝通行為的關聯性，但對於受傷感如何透過正向溝通行為促進關係改善的親社會過程仍需進一步探究。為補充相關文獻之不足，本研究檢視在受傷事件中，受傷感如何引發建

設性溝通，並進而改善伴侶間不穩定的感情關係。因此，本研究將聚焦於受傷感、建設性溝通，以及關係結果三者間的關係。

貳、文獻探討

一、受傷感的特徵與正向人際功能

受傷感經常發生於伴侶關係貶損的時候，也就是，人們認為伴侶未如他們所希望的那樣重視這段感情關係（Leary et al., 1998），例如：愛人說出傷人的話或做出傷害感情的行為，都會讓受傷者察覺到對方不再看重這段感情，而感到心理受傷（Leary et al., 1998; Vangelisti et al., 2005）。而且，受傷感也會因伴侶做出違反感情分際（relational transgression）的行為而產生，例如：愛人對感情的背叛、不忠（Vangelisti, 2001; Vangelisti & Young, 2000）。而 Feeney（2005）認為，關係貶損與違反感情分際有相似之處，違反感情分際本身帶有對感情不重視的意涵，因為不重視感情基本上是有違親密關係的常規（norms）。簡言之，雖然文獻對受傷感有不同的定義，但受傷感可被視為一種人際情緒（social emotion），並且是由涉及傷害人際關係或個人情感（feelings）的言行所造成的。

由於伴侶間會彼此相互依賴，所以受傷的感受在親密關係中自然難以避免，而且還容易令人感到痛苦（Feeney, 2009）。正因為在親密關係的情境下，受傷感可被視為個人對感情依賴與情感脆弱的主觀感受（a subjective sense of dependence and vulnerability），這是因為渴望一段更親密的關係會加深人們對獲得伴侶支持、肯定與關懷的需求與依賴，同時進而讓人們變得更容易因關係貶損受到傷害（Leary & Acosta, 2018;

Lemay et al., 2012)。這樣的現象通常在令人感到滿意的親密關係中更加明顯。的確，一些實證研究發現，對於關係感到滿意或願意付出的人，在察覺到伴侶不再重視感情的時候，便會產生強烈的受傷感（Bachman & Guerrero, 2006b; Lemay et al., 2012）。因為如此，受傷感本身不僅能反映出當前的關係現況並作為人們評估感情的資訊，同時，也能提醒人們當前關係所面臨的威脅（Vangelisti, 2009）。

由於尋求歸屬感（the need to belong）是人類的基本需求之一（Baumeister & Leary, 1995），所以對歸屬感的任何威脅都會激發人們採取親社會行為（prosocial behavior）來維繫當前的人際關係。從社會尺標理論（sociometer theory）的觀點來看，社會尺標是一種會主動監測感情價值（relational value）的心理機制；當人們面對感情的威脅時，社會尺標能促使人們採取可提高感情價值和社會接受度（social acceptance）的行為來因應感情威脅，以便維繫與他人的關係（Leary, 2005a, 2005b; Leary & Downs, 1995）。此外，關係貶損可視為人際拒絕（social rejection）的一種形式，因為被伴侶拒絕意味著伴侶對這段感情的重視程度未如當事人所預期。人際拒絕通常都會引發較為強烈的受傷感（Buckley et al., 2004; Leary et al., 1998），進而讓人產生尋求社會重繫連結（social reconnection）的動機（Chester et al., 2016）。的確，根據社會重繫連結假設（social reconnection hypothesis），人際拒絕可促使人們藉由對關係夥伴的親社會及親和行為（prosocial and affiliative behaviors）來滿足他們對社會連結（social connection）的需求（Maner et al., 2007）。

基於上述理論邏輯，關係貶損引發的受傷感可以提醒人們注意任何威脅其親密關係的線索，於是人們可能會因而採取有益於關係改善的相關行為，以維繫和伴侶之間的感情。再者，受傷感也和展現情感脆弱性有關，這會進一步驅使人們利用正向溝通（positive communication）來

尋求親密伴侶的支持和慰藉（Sanford, 2007; Sanford & Rowatt, 2004）。綜上所述，由於關係貶損引發的受傷感能反映出對當前親密關係的擔憂和維繫這段關係的期望，因此受傷感能使人警覺到潛在的感情威脅，並進而去解決感情的困境。基此，受傷感在某些情況下應可促使人們採取一些改善關係的作為（如：恢復對伴侶的接受、讓伴侶再次重視彼此的感情）來維繫親密關係，從而發揮其正向效益。

二、受傷感與建設性溝通

溝通行為在受傷事件後的關係改善過程中具有至關重要的角色。為了探索傷害性溝通的親社會過程，首先必須了解人們如何以建設性的溝通方式來回應受傷事件。早期調查受傷感回應行為的研究（Leary et al., 1998; Vangelisti & Crumley, 1998）提供了一些重要的線索，讓我們了解受傷者如何以非負面的溝通方式來回應伴侶的傷人行為，例如：要求對方解釋與說明、向對方表達受傷的感受、或是道歉，而這些非負面的溝通方式都和受傷強度（the intensity of hurt）呈現正相關。此外，Feeney（2004）將 Leary et al.（1998）和 Vangelisti & Crumley（1998）研究中的所有受傷感回應行為再區分成建設性與破壞性回應（destructive reactions）；其中，建設性回應有四類：要求對方解釋與說明、向傷人者表達受傷感受、壓抑自己的感受，以及忽視整個情況（ignoring the whole situation）。而且，Feeney（2004）的研究發現，建設性回應行為與受傷事件造成的長期負面結果沒有關聯性。簡言之，儘管這些早期研究並未著重於受傷感對親密關係的正向效益，但其研究發現卻揭示了以建設性溝通回應受傷感的可能性。

另一些研究聚焦於人們在受傷事件中的溝通行為，並發現因受傷感

而引發的建設性溝通能減緩受傷事件對親密關係的威脅。在一項檢視受傷感的經驗與人際功能的研究中，Lemay et al. (2012) 指出，受傷感本身反映了受傷者希望能維持當前的親密關係，因此人們在經歷較強烈的受傷感時，通常會選擇壓抑破壞性的回應方式，而傾向採用建設性的回應方式，以便能獲得伴侶的接受；這些建設性回應方式包含了冷靜地向對方表達個人的感受或看法、向對方分享自己的正面感受、要求對方給予慰藉 (reassurance)，以及表達願意和對方和解 (compromise)。再者，Lemay et al. (2012) 主張，受傷感可傳達一個人對感情的承諾 (commitment)，此承諾能夠引發建設性回應，繼而可能對關係產生良性的影響。同樣地，在一個將受傷感歸類為軟性情緒 (soft emotion) 的研究中也有相似的發現：軟性情緒能讓伴侶減少使用負面溝通行為，並且增進人們自己以正向溝通方式 (如：冷靜地討論問題點、仔細傾聽以理解對方) 和伴侶互動；此外，軟性情緒也能夠表達關係性質，並進而促使人們去解決婚姻上的衝突 (Sanford, 2007)。另一個調查回應受傷事件的溝通方式，Bachman & Guerrero (2006a, 2006b) 確認了三種不同類型的建設性溝通：(1) 關係修復策略 (relational repair tactics) 包括採取展現溫柔親切、表達浪漫、恭維對方等相關的行為來改善的當前關係；(2) 整合性溝通 (integrative communication) 是以非衝突的方式向對方表達自己的感受與想法，以共同解決感情上的問題；(3) 忠貞等待 (loyalty) 是以被動且耐心等待的方式來期望人際衝突事件會逐漸好轉，而且忠貞等待亦可避免和傷人者發生直接的衝突。根據 Bachman & Guerrero (2006a, 2006b) 研究結果，在經歷強烈受傷感及對伴侶感到滿意等兩種情況下，人們會傾向以建設性溝通來回應伴侶的傷人行為。

除上述聚焦受傷感和建設性溝通的少數研究之外，Rusbult 與其團隊針對關係衝突發展出調適性回應行為模式 (the Exit-Voice-Loyalty-

Neglect model, EVLN) 提供了一個概念參照的框架 (Rusbult et al., 1982; Rusbult et al., 1991)，以便了解人們如何以主動或／及被動的方式正向回應受傷事件。Rusbult et al. (1982, 1991) 以「有利關係維繫、不利關係維繫」(relationship-constructive versus relationship-destructive) 和「主動性、被動性」(active versus passive) 等面向建構出退出 (exit)、表達心聲 (voice)、忠貞等待、忽略 (neglect) 等四種調適性溝通行為。主動性意旨個人針對關係維繫採取實際的作為，而被動性則未採取實際的作為。其中，表達心聲是屬於主動且有利關係維繫的溝通行為，主要為冷靜地討論當前所面臨的關係問題以找出對相互有利的解決之道；忠貞等待則為被動的且有利關係維繫的溝通行為，主要為等待並希望當前關係會好轉。一般來說，在相對穩定或令人滿意的感情關係中，人們在面對不愉快的事件時，較傾向採用有利於關係維繫的建設性溝通，同時會避免使用不利關係維繫的破壞性溝通 (Rusbult et al., 1991)。

整體來說，前述研究已說明了受傷感經驗與建設性溝通之間的關聯性。必須一提的是，一些研究將建設性溝通視為一個多面向的構念 (multi-faceted construct) 來探討不同類型的建設性溝通對人際互動的影響 (Bachman & Guerrero, 2006b; Rusbult et al., 1991)，因而有助於我們了解人們在受傷事件中如何採取主動和被動類型的建設性溝通。更重要的是，建設性溝通提供了一個重要的因應機制 (coping mechanism)，能夠讓人們在受傷事件中修復親密關係。進一步理解此因應機制將有益於解釋和預測受傷者如何針對關係結果做出不同的行為決定。基此，為了解人們在受傷事件中的溝通行為，本研究必須檢視不同類型的建設性溝通。而 Rusbult et al. (1991) 和 Bachman & Guerrero (2006a, 2006b) 的研究共同提供了一個相對完整的建設性溝通類型。在 Bachman &

Guerrero (2006a, 2006b) 使用的建設性溝通類型中，整合性溝通的概念相似於 Rusbult et al. (1991) 的表達心聲，為主動型建設性溝通；忠貞等待的概念與 Rusbult et al. (1991) 的忠貞等待相同，則為被動型建設性溝通。因此，基於上述文獻探討，本研究提出下列假設：

H1：受傷感能正向預測整合性溝通 (H1a) 及忠貞等待 (H1b)。

三、受傷感與關係結果

關係結果 (relationship consequences) 是受傷感研究關注的另一個面向，意指個人對其感情關係的評價。過往多數研究已發現受傷感不利於親密關係，故經常會造成負面的關係結果。例如，強烈的受傷感常對伴侶間的感情造成短暫性的負面影響 (Leary et al., 1998)，而且也會產生懷疑 (distrust)、厭惡 (dislike) 及感情傷害 (relational damage) 等負面的關係結果 (Zhang & Stafford, 2009)。當人們對受傷事件做出負面的歸因並且／或是以破壞性溝通來回應時，皆會危及伴侶間的親密關係；相反地，當人們願意接受伴侶的痛悔 (remorse)，則會有較高的意願來修復彼此的關係，故能減緩受傷事件對親密關係的負面影響 (Feeney, 2004)。

然而，少數幾篇研究已發現受傷感會對伴侶間的關係結果產生潛在的正向影響。例如，受傷感的經驗可以預測正面的關係結果，如：更關心當前的關係及更善待彼此 (Lemay et al. 2012)。被視為直白坦率的傷人訊息 (hurtful messages perceived as honest) 可以增加受傷者對伴侶的信任與喜歡，而且也能夠增進彼此的感情關係 (Zhang & Stafford, 2009)。再者，當在經歷較強烈的受傷感時，人們會覺得與伴侶間的感情具有良好的關係品質，其原因可能是，受傷感對感情的傷害僅有暫時

性的影響，而且緊密的感情關係通常會使雙方在遭遇感情困難時更願意待在一起（Bachman & Guerrero, 2006b）。

簡而言之，先前的研究已指出，受傷感對親密關係可產生正面和負面的關係結果。正面的關係結果通常被概念化為信任伴侶、更在乎現有的感情，以及感覺彼此關係變得更加緊密；而負面的關係結果通常被概念化為厭惡或懷疑伴侶、對伴侶和對關係變得較冷漠，以及感覺彼此的關係已受到傷害。必須一提的是，雖然受傷感和關係結果的關聯性已被探討，但是迄今尚無研究同時檢視受傷感、建設性溝通和關係結果等三者之間的關係。就關係改善的角度而言，受傷感能傳達當前感情狀況的相關資訊、促使人們處理感情所遭遇的問題，以及提高受傷者的動機去改善當前的感情關係（Leary & Springer, 2001; Lemay et al., 2012; Sanford, 2007; Vangelisti, 2009），因此了解受傷感、建設性溝通及關係結果之間的關係將有助於進一步了解受傷感如何促進伴侶間關係改善的人際互動過程。承前文獻所述，受傷感經驗提醒了受傷者，其所渴望且需要的感情關係正受到威脅；因此，藉由受傷感而引發的建設性溝通（整合性溝通、忠貞等待）應能對親密關係產生較多的正向影響，並且也應能減緩對親密關係的負面影響。基此，本研究提出下列假設：

H2：受傷感能正向預測整合性溝通（H2a）及忠貞等待（H2b），並進而正向預測正面關係結果。

H3：受傷感能正向預測整合性溝通（H3a）及忠貞等待（H3b），並進而負向預測負面關係結果。

雖然受傷感可對人際溝通與關係產生潛在的正向影響，但這未必代表受傷感定可促使人們使用正向溝通方式來改善關係。在一段早已不穩定的感情中，受傷者可能決定在發生重大的傷害事件（例如：感情出

軌)後,決定結束與伴侶的關係;相反地,在相對穩定的感情中,受傷者則可能會採取一些作為來維繫當前的感情。確實,過往研究發現,關係滿意度會影響人們對受傷事件的解讀及回應(Vangelisti & Hampel, 2010; Vangelisti et al., 2005)。處於一段令人滿意的關係或對感情有所承諾的人,在經歷強烈的受傷感時,通常不會以感情疏離(relational distancing)的方式(McLaren & Solomon, 2008; Vangelisti, 1994),反而是傾向以改善關係的方式(Lemay et al., 2012)來回應對方。同樣地,對關係滿意或有承諾的人,在面對伴侶的惱人行為時,會傾向避免以負面方式回應,而改採正面方式回應(Rusbult et al., 1991)。而且,對關係感到滿意的人通常會認為伴侶的傷人言行較不會對感情關係有重大的影響(Vangelisti & Crumley, 1998)。從上述研究可知,關係滿意度是一個會影響受傷者如何回應受傷事件的重要因素;儘管令人滿意的親密關係中不可避免地會讓人經歷強烈的受傷感,但對關係感到滿意的人卻可能優先以利於關係改善的方式來回應伴侶。基此,受傷感如何藉由建設性溝通促進關係改善的親社會過程理應會受到關係滿意度的影響,也就是說,在關係滿意度較高的情況下,受傷者可能較願意使用建設性溝通來改善關係。反之,在關係滿意度較低的情況下,受傷者可能較不會以建設性溝通來改善關係。因此,提出下列假設:

H4: 關係滿意度能調節受傷感透過整合性溝通(H4a)及忠貞等待(H4b)對正面關係結果的中介效果。

H5: 關係滿意度能調節受傷感透過整合性溝通(H5a)及忠貞等待(H5b)對負面關係結果的中介效果。

參、研究方法

一、研究樣本

本研究藉由 Amazon Mechanical Turk (MTurk) 平台招募目前正處於一段親密關係（已訂婚、結婚、或約會關係至少連續維持三個月以上）中且年滿 18 歲以上的受測者。為確保問卷資料品質，受測者須具備下列條件方能參與本問卷調查：（1）在 MTurk 平台已參與並完成 100 份以上的問卷、（2）擁有超過 95% 的填答認可率（approval rate）（Peer et al., 2014; Sheehan, 2018），完成問卷者可獲得 0.5 元美金的報酬。調查期間為 2018 年 9 月 8 日至 11 日。共有 446 名受測者參與本次問卷調查，刪除近期未經歷受傷事件的 40 位受測者（25 名未經歷嚴重的受傷事件、4 名未經歷輕微的受傷事件、11 名未同時經歷嚴重和輕微的受傷事件），以及 1 名約會關係尚未超過三個月的受測者後，剩餘 405 位有效樣本。在 405 位研究樣本中，男性有 142 位、女性 263 位，年齡分佈從 19 歲至 88 歲，平均年齡為 36.44 歲（ $SD = 12.64$ ）。多數樣本為白人（73.3%）、其次為非裔美國人（11.1%）、亞裔美國人（7.7%）、拉丁裔美國人（4.9%），以及其他種族（3%）。關係狀態方面，已婚 199 位（49.1%）、已訂婚 49 位（38.8%）、157 位正在約會交往中（12.1%）。受測者的關係長度（relationship length）從 3 個月至 50.9 年不等，平均關係長度為 9.04 年（ $SD = 10.23$ ）。

二、研究程序

在通過研究倫理審查後，本研究採用 Qualtrics 問卷軟體進行網路問卷調查。受測者閱讀完知情同意書且同意參與調查後，首先回答一組題項，詢問受測者的關係狀態、關係長度、伴侶的性別、年齡、名字¹及關係滿意度。隨後，受測者根據指示分別回憶並寫下近期與伴侶發生的兩種不同嚴重程度（嚴重和輕微）的人際受傷事件。在嚴重受傷事件，受測者必須回憶伴侶「強烈地」傷害其情感的人際互動過程；在輕微受傷事件，受測者必須回憶伴侶「輕微地」傷害其情感的人際互動過程。要求每位受測者回憶前述兩種受傷事件，將有助於了解在不同嚴重程度的受傷情境中，受傷感如何發揮關係維繫功能的人際過程。在受傷感誘發部分，本研究參考 Vangelisti & Young (2000) 和 Zhang & Stafford (2009) 的受傷感回憶程序，故受測者在每一個事件回憶程序中，必須先填寫一個開放式題項，說明事情發生的情境和原委，隨後再請受測者填寫另一個開放式題項，回憶在該事件與伴侶的對話，並以腳本形式（他：……、我：……）呈現對話內容，同時還須在讓受測者感到受傷的對話旁標註星號（*），最後再填寫該事件發生至今的時間（該事件發生至受測者參與調查的時間長度）。完成每一個事件回憶程序後，受測者會接著填答認知、情緒、溝通行為及關係結果的相關量表。嚴重和輕微受傷事件回憶的順序，及各量表填答順序皆以隨機方式呈現，以避免次序效果（order effect）。最後，受測者填答人口變項題項。

¹ 提供伴侶的名字（first name）旨在協助受測者盡可能地正確回憶受傷事件的發生經過。

三、變項測量

本研究的研究變項為「受傷感」、「建設性溝通」及「關係結果」。鑒於當前文獻指出傷害性溝通中的覺知意圖性（perceived intentionality; Vangelisti & Young, 2000）及訊息強度（message intensity; Young, 2004; Young et al., 2005）皆可能與研究變項有潛在的關聯性，故於假設驗證時，將前述變項納為控制變項。

（一）受傷感

本研究使用 Vangelisti & Young（2000）的兩題項量表，以七點語義差異量表測量伴侶所說出傷人的話，對受測者所造成的受傷和情緒痛苦的程度。第一題為「這句話有多讓你感到受傷？」，回答選項為「1 = 一點也不讓我感到受傷，7 = 讓我感到非常受傷」；第二題為「這句話引發了你多強烈的情緒痛苦？」，回答選項為「1 = 一點也不讓我感到痛苦，7 = 讓我感到非常痛苦」。兩題項分數相加後平均，分數愈高代表受測者的受傷感愈強烈（嚴重受傷事件： $M = 5.87$, $SD = 1.10$, $r_{\text{Spearman-Brown}} = .86$ ；輕微受傷事件： $M = 4.19$, $SD = 1.49$, $r_{\text{Spearman-Brown}} = .87$ ）。

（二）建設性溝通

本研究引用 Bachman & Guerrero（2006b）的量表，以七點 Likert 量表來測量受測者的建設性溝通（1 = 非常不同意，7 = 非常同意）。該量表共有三個不同類型的溝通行為，但依據研究目的，本研究僅使用測量其中兩種溝通行為的量表：「整合性溝通」計有七題，例如：「我談了我們的關係」、「我跟他／她分享我受傷的感覺」；「忠貞等待」計

有五題，例如：「我耐心等待事情會如何發展」、「我希望事情可以好轉起來」。每一類的建設性溝通題項各自相加後平均，分數愈高代表受測者愈傾向使用該類型的建設性溝通（嚴重受傷事件：整合性溝通： $M = 4.70, SD = 1.52, \alpha = .92$ ；忠貞等待： $M = 4.68, SD = 1.44, \alpha = .88$ 。輕微受傷事件：整合性溝通： $M = 4.39, SD = 1.48, \alpha = .90$ ；忠貞等待： $M = 4.41, SD = 1.47, \alpha = .89$ ）。

（三）關係結果

本研究使用 Lemay et al. (2012) 的量表，以七點 Likert 量表來測量受測者在經歷受傷事件後的感情關係（1 = 非常不同意，7 = 非常同意）。此量表有兩個構面，「正面關係結果」計有七題，例如：「他／她更加在意我們的關係了」、「總體來說，我們的關係變得更加穩固」；「負面關係結果」計有四題，例如：「他／她更不在乎我們的關係」、「總體來說，我們的關係受到了傷害」。各構面題項相加後平均，正面關係結果的分數愈高代表感情變得較好，負面關係結果的分數愈高代表感情變得較差（嚴重受傷事件：正面關係結果： $M = 4.05, SD = 1.29, \alpha = .85$ ；負面關係結果： $M = 3.21, SD = 1.49, \alpha = .82$ ；輕微受傷事件：正面關係結果： $M = 3.99, SD = 1.28, \alpha = .86$ ；負面關係結果： $M = 2.91, SD = 1.48, \alpha = .86$ ）

（四）覺知意圖性

本研究採用 Young & Bippus (2001) 的三題項量表，以七點 Likert 量表測量受測者覺知其伴侶故意傷人的程度（1 = 非常不同意，7 = 非常同意）。題項為「他／她是故意要讓我感到受傷」、「他／她讓我感到受傷是有意的」及「他／她不知道這會讓我感到受傷」，其中，第三題

為反向題。三題項相加後平均，分數愈高表示受測者認為伴侶愈故意傷人（嚴重受傷事件： $M = 4.10, SD = 1.68, \alpha = .81$ ；輕微受傷事件： $M = 3.40, SD = 1.57, \alpha = .82$ ）。

（五）訊息強度

本研究引用 Young（2004）的量表，以七點 Likert 量表測量受測者覺知傷害訊息內容尖銳刻薄的程度（1 = 非常不同意，7 = 非常同意），題項共計五題，例如：「他／她的用詞很過分」、「他／她說的話很嚴厲」，而「這句話是用很溫和的方式表達出來」為反向題。五題項相加後平均，分數愈高表示受測者認為傷人話語的內容是愈尖銳刻薄（嚴重受傷事件： $M = 4.81, SD = 1.41, \alpha = .84$ ；輕微受傷事件： $M = 3.96, SD = 1.45, \alpha = .85$ ）。

（六）關係滿意度

本研究引用 Vangelisti et al.（2005）所使用的量表，來評估受測者對當前感情的滿意程度。該量表包含「感情品質」和「整體滿意度」等兩部份，前者以十題七點語義差異量表來測量受測者與伴侶之間的感情品質，後者以一題七點語義差異量表來評估受測者對關係的整體滿意程度。「感情品質」題項相加後平均（ $M = 4.94, SD = 1.39, \alpha = .95$ ），再與「整體滿意度」題項（ $M = 5.08, SD = 1.53$ ）加總後平均，所得分數愈高代表受測者對目前關係愈感到滿意（ $r_{\text{Spearman-Brown}} = .92, M = 5.01, SD = 1.40$ ）。

整體來看，上述量表信度均大於.80，顯示問卷題項具有良好的內在一致性。

肆、研究分析

一、初步分析

首先，為確認在回憶程序中，受測者能否區別嚴重與輕微受傷事件，本研究以相依樣本平均數 t 檢定比較嚴重與輕微受傷事件的特徵（受傷感、覺知意圖性、訊息強度）是否有顯著差異。結果發現（請見表 1），受測者在嚴重受傷事件中所經歷的受傷程度（ $M = 5.86, SD = 1.10$ ）顯著高於在輕微受傷事件中所經歷的受傷程度（ $M = 4.19, SD = 1.49; t(404) = 22.34, p < .001, d = 1.10$ ）；受測者在嚴重受傷事件中所覺知的意圖性（ $M = 4.10, SD = 1.68$ ）顯著高於在輕微受傷事件中所覺知的意圖性（ $M = 3.40, SD = 1.57; t(404) = 8.12, p < .001, d = 0.40$ ）；受測者在嚴重受傷事件中所察覺的訊息強度（ $M = 4.81, SD = 1.41$ ）顯著高於在輕微受傷事件中所察覺的訊息強度（ $M = 3.96, SD = 1.45; t(404) = 10.21, p < .001, d = 0.51$ ）。簡言之，受測者在回憶程序中能有效區別嚴重與輕微兩種類型的受傷事件。

表 1：受傷事件特徵之相依樣本 t 檢定結果

變項	嚴重受傷事件		輕微受傷事件		相依樣本 t 檢定			
	M	SD	M	SD	t	df	p	d
受傷感	5.86	1.10	4.19	1.49	22.34	404	< .001	1.10
覺知意圖性	4.10	1.68	3.40	1.57	8.12	404	< .001	0.40
訊息強度	4.81	1.41	3.96	1.45	10.21	404	< .001	0.51

其次，本研究以雙變量相關分析（bivariate correlation）檢視研究變項、受傷事件特徵、感情變項及年齡之間的關聯性。覺知意圖性、訊息強度、關係滿意度、關係長度、年齡及該事件發生至今的時間等變項與研究變項有顯著相關（請見表 2）。基此，在假設驗證時，前述的變項皆作為控制變項，以避免關係謬誤（spurious relationship）的發生。

最後，由於樣本中的性別及關係狀態皆有比例上的差異，故本研究分別以獨立樣本平均數 t 檢定和單因子獨立樣本變異數分析，檢視研究變項是否會因性別和關係狀態而有顯著差異。在性別差異部分，根據 t 檢定分析結果，在嚴重受傷事件中，女性所感受的受傷程度（ $M = 5.98, SD = 1.09$ ）顯著高於男性（ $M = 5.66, SD = 1.08$ ）， $t(403) = -2.85, p = .01, d = -0.30$ ；男性（ $M = 4.41, SD = 1.33$ ）比女性（ $M = 3.86, SD = 1.22$ ）更傾向覺知到較多的正面關係結果， $t(403) = 4.15, p = .02, d = 0.43$ 。在輕微

表 2：研究變項與控制變項之相關分析結果

	V1	V2	V3	V4	V5	V6	V7	V8	V9	V10	V11
V1: 受傷感	—	.14**	.18***	.11*	.33***	.36***	.48***	-.16***	-.003	.18**	.01
V2: 整合性溝通	.09	—	.39***	.40***	-.10	-.10*	.08	.23***	-.22***	.17***	-.17***
V3: 忠貞等待	.15**	.42***	—	.43***	.10*	.06	.19***	.05	-.08	.11*	-.08
V4: 正面關係結果	-.04	.40***	.42***	—	.01	-.08	.06	.28***	-.19***	.18***	-.20***
V5: 負面關係結果	.14*	-.19***	.05	-.16**	—	.51***	.25***	-.54***	-.04	.08	-.05
V6: 覺知意圖性	.19***	-.14**	-.03	-.18***	.40***	—	.46***	-.32***	.11*	.15**	.09
V7: 訊息強度	.41***	-.08	.03	-.09	.12**	.47***	—	-.16***	-.01	.14**	.05
V8: 關係滿意度	-.16**	.22***	.04	.34***	-.57***	-.36***	-.11*	—	-.07	.04	-.07
V9: 關係長度	.03	-.22***	-.03	-.15**	-.06	.14**	.06	-.07	—	-.08	.62***
V10: 事件發生迄今的時間	-.08	.03	.09	.06	.08	-.10	-.05	.02	-.02	—	-.07
V11: 年齡	.03	-.21***	-.08	-.18***	-.07	.06	.001	-.07	.62***	.02	—

註：對角線上方為輕微受傷事件相關變項之相關係數，對角線下方則為嚴重受傷事件相關變項之相關係數。 $*p < .05$; $**p < .01$; $***p < .001$ 。

受傷事件中，男性 ($M = 4.40, SD = 1.22$) 比女性 ($M = 3.77, SD = 1.26$) 更傾向覺知到較多的正面關係結果， $t(403) = 4.83, p < .001, d = 0.50$ 。在關係狀態部分，變異數分析結果顯示，在嚴重受傷事件中，在已訂婚的受測者 ($M = 5.14, SD = 1.34$) 顯著比已婚的受測者 ($M = 4.50, SD = 1.56$) 更傾向採取整合性溝通， $F(2, 402) = 4.26, p = .02, \eta^2 = .02$ 。鑒於整合性溝通、正面關係結果會因性別和關係狀態而有顯著差異，故假設驗證時，性別和關係狀態將作為控制變項。

二、受傷事件類型分析

本研究針對受測者所回憶的嚴重和輕微受傷事件內容進行分析，以了解各事件類型之特徵。本研究以 Vangelisti et al. (2005) 的研究發現作為分類參考，並由兩位研究生檢視受測者的事件回憶內容，²並找出其共通性之處以建立各事件類型主題及定義。在分析過程中，對主題分類有異議之處，則由作者和研究生共同討論以達成分類共識。類型的判定以資料歸類直到達到類型的飽和度為止，便不再新增類別，最後，由作者檢視並確認各事件類型分類結果。

根據嚴重受傷事件類型（請見表 3），多數的嚴重受傷事件類型為「關係貶損」（39.8%， $M_{\text{受傷感}} = 5.74$ ），其次分別為「羞辱／人身攻擊」（19.3%， $M_{\text{受傷感}} = 5.90$ ）、「行為遭受批評或扭曲」（13.6%， $M_{\text{受傷感}} = 6.12$ ）；而「關係終止」（ $M_{\text{受傷感}} = 6.33$ ）會對受測者產生最強烈的受傷感，其次為「感情叛離」（ $M_{\text{受傷感}} = 6.21$ ）。

² 兩位研究生為新聞傳播科系學生，並修習過研究方法及人際傳播等相關課程。

表 3：嚴重受傷事件類型態樣

事件類型	次數	受傷感 $M(SD)$	定義
1. 關係終止	27	6.33 (0.83)	因生活、工作壓力、衝突而揚言或決定結束關係，或伴侶單方面要終止關係。
2. 感情叛離	24	6.21 (0.88)	伴侶的愛意淡薄、激情退散、精神或肉體出軌。
3. 行為遭受批評或扭曲	55	6.12 (0.80)	個人行為受到伴侶的批評、曲解。
4. 羞辱／人身攻擊	78	5.90 (1.07)	個人或自己的親人遭到伴侶言語（或肢體）上的詆毀、攻擊、傷害。
5. 欺騙／迴避	22	5.93 (1.02)	遭到伴侶欺騙或刻意迴避話題。
6. 關係貶損	161	5.74 (1.15)	為感情發展的付出遭到伴侶的貶低、無視、厭煩或否定。
7. 個人價值／想法被否定	38	5.38 (1.38)	自身的思考或主見遭到伴侶的拒絕、否定或批評。
總計	405	5.87 (1.10)	

根據輕微受傷事件類型（請見表 4），較多的輕微受傷事件類型為「被伴侶潑冷水」（21.5%， $M_{\text{受傷感}} = 3.92$ ）和「責罵／批評」（20.7%， $M_{\text{受傷感}} = 4.21$ ）、其次分別為「個人能力受質疑」（16.0%， $M_{\text{受傷感}} = 4.22$ ）、「未感受到對方的重視」（15.8%， $M_{\text{受傷感}} = 4.69$ ）。

表 4：輕微受傷事件類型態樣

事件類型	次數	受傷感 <i>M (SD)</i>	定義
1. 未感受到對方的重視	64	4.69 (1.41)	在關係中感到自己不被伴侶重視或肯定、被以利益作為衡量標準。
2. 失去自身掌控權利	14	4.25 (1.85)	個人行為受到伴侶直接／間接的要求、強迫，如：閉嘴、滾開、不怎麼做就分手。
3. 個人能力受質疑	65	4.22 (1.53)	個人在生活或工作中的能力，受到伴侶的輕視、批評、質疑、嘲笑或強烈不信任。
4. 責罵／批評	84	4.21 (1.49)	自身或與自身有關的人事物，遭到伴侶的責難、數落。
5. 遭到對方的不諒解	41	4.06 (1.45)	遭到伴侶的質疑、批評或欺騙，而伴侶卻不願接受解釋、不願意道歉。
6. 溝通用詞強烈	39	4.01 (1.37)	在談話中無意間傷及對方、事實陳述過於直白而未以婉轉方式表達，使接收者感到受傷。
7. 個人想法被誤解	11	4.00 (1.38)	對生活規劃認知、價值觀、關係感知，或給予的建議受到伴侶的誤會或曲解。
8. 被伴侶潑冷水	87	3.92 (1.49)	對自身的外在形象或行為表現希望獲得伴侶的支持或認同，但實際上卻獲得伴侶的負面回饋。
總計	405	4.19 (1.49)	

三、研究假設驗證

本研究使用 Hayes PROCESS 4.0 版本執行路徑分析，以驗證研究假設。在評估中介及調節中介效果方面，PROCESS 使用拔靴法針對研究樣本進行 5,000 次隨機反覆抽樣，以計算效果估計值的 95% 信賴區間，若 95% 信賴區間不包含 0，即代表有顯著的效果 (Hayes, 2018)。

為驗證 H1 至 H3，本研究使用 PROCESS Model 4 檢驗「嚴重」受傷事件的中介路徑模型。第一個模型以正面關係結果為依變項，第二個模型則以負面關係結果為依變項；在這兩個模型中，受傷感及建設性溝通分別為自變項和中介變項，並同時將覺知意圖性、訊息強度、關係滿意度、關係長度、該事件發生至今的時間、年齡，以及性別和關係狀態（約會、已婚）之虛擬變項皆納入兩個模型加以控制。H1 檢視受傷感與建設性溝通的關聯性。結果顯示，受傷感顯著地正向預測整合性溝通 ($\beta = .18, p < .001$) 及忠貞等待 ($\beta = .17, p < .001$)，其解釋力分別為 .13 ($F = 6.10, p < .001$) 和 .05 ($F = 2.17, p = .02$)，因此，在嚴重受傷事件中，H1a 及 H1b 成立。H2 檢驗受傷感可藉由建設性溝通來預測正面關係結果。分析指出，受傷感能透過整合性溝通 (effect = .04, 95% CI [0.01, 0.07]) 及忠貞等待 (effect = .05, 95% CI [0.02, 0.09]) 來預測正面關係結果，因此，在嚴重受傷事件中，H2a 及 H2b 成立。H3 檢視受傷感可藉由建設性溝通來減少負面關係結果。結果發現，受傷感僅能透過整合性溝通來減緩負面關係結果 (effect = -.03, 95% CI [-0.05, -0.01])；但值得注意的是，受傷感藉由忠貞等待卻正向預測負面關係結果 (effect = .02, 95% CI [0.002, 0.04])。因此，在嚴重受傷事件中，H3a 成立。

其次，本研究使用 PROCESS Model 4 檢驗「輕微」受傷事件的中介路徑模型。第一個模型以正面關係結果為依變項，第二個模型則以負面關係結果為依變項；在這兩個模型中，受傷感及建設性溝通分別為自變項和中介變項，並同時將覺知意圖性、訊息強度、關係滿意度、關係長度、該事件發生至今的時間、年齡，以及性別和關係狀態之虛擬變項（約會、已婚）皆納入兩個模型加以控制。檢驗 H1，結果顯示，受傷感顯著地正向預測整合性溝通（ $\beta = .16, p < .001$ ）及忠貞等待（ $\beta = .12, p = .04$ ），其解釋力分別為 $.15$ （ $F = 7.02, p < .001$ ）和 $.07$ （ $F = 2.96, p < .001$ ），因此，在輕微受傷事件中，H1a 和 H1b 成立。進一步檢驗 H2，結果指出，受傷感僅能透過整合性溝通（effect = $.03, 95\% \text{ CI } [0.01, 0.07]$ ）而非忠貞等待（effect = $.04, 95\% \text{ CI } [-0.001, 0.08]$ ）來預測正面關係結果，因此，在輕微受傷事件中，H2a 成立。在 H3 部分，結果指出，受傷感未能透過整合性溝通（effect = $-.01, 95\% \text{ CI } [-0.03, 0.01]$ ）或忠貞等待（effect = $.01, 95\% \text{ CI } [-0.002, 0.03]$ ）來減緩負面關係結果，故在輕微受傷事件中，H3 未成立。

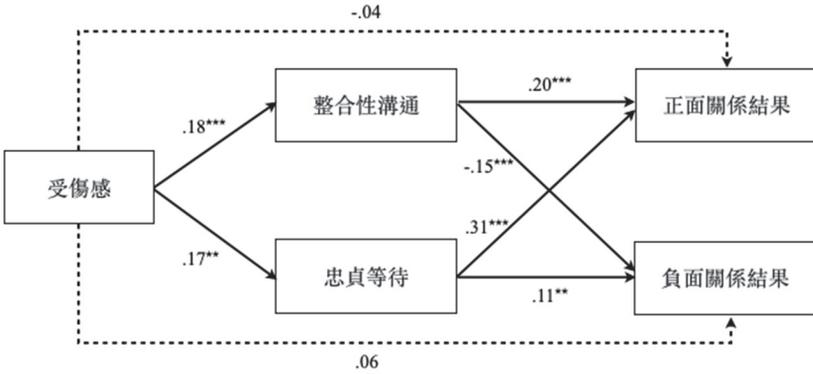
為驗證 H4 和 H5，本研究使用 PROCESS Model 7 檢驗「嚴重」受傷事件的調節中介路徑模型。第一個模型以正面關係結果為依變項，第二個模型則以負面關係結果為依變項；在這兩個模型中，受傷感及建設性溝通分別為自變項和中介變項，並同時將覺知意圖性、訊息強度、關係滿意度、關係長度、該事件發生至今的時間、年齡，以及性別和關係狀態（約會、已婚）之虛擬變項皆納入兩個模型加以控制。H5 在檢視關係滿意度對受傷感藉由建設性溝通來預測正面關係結果之中介路徑具有調節效果。結果顯示，關係滿意度無法顯著調節受傷感藉由整合性溝通（index = $0.003, 95\% \text{ CI } [-0.02, 0.02]$ ）或忠貞等待（index = $-0.03, 95\% \text{ CI } [-0.05, 0.001]$ ）來預測正面關係結果之中介效果，故在嚴重受傷事件

中，H5 未成立。H6 在檢視關係滿意度對受傷感藉由建設性溝通來預測負面關係結果之中介路徑具有調節效果。結果顯示，關係滿意度無法顯著調節受傷感藉由整合性溝通 ($\text{index} = 0.003, 95\% \text{ CI } [-0.03, 0.03]$) 或忠貞等待 ($\text{index} = -0.01, 95\% \text{ CI } [-0.03, 0.001]$) 來預測負面關係結果之中介效果，因此，在嚴重受傷事件中，H6 未成立。

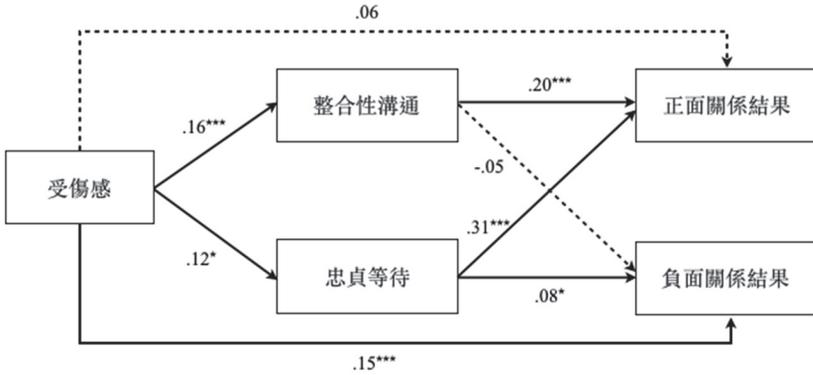
其次，本研究使用 PROCESS Model 7 檢驗「輕微」受傷事件的調節中介路徑模型。第一個模型以正面關係結果為依變項，第二個模型則以負面關係結果為依變項；在這兩個模型中，受傷感及建設性溝通分別為自變項和中介變項，並同時將覺知意圖性、訊息強度、關係滿意度、關係長度、該事件發生至今的時間、年齡，以及性別和關係狀態（約會、已婚）之虛擬變項皆納入兩個模型加以控制。檢驗 H5，結果顯示，關係滿意度無法顯著調節受傷感藉由整合性溝通 ($\text{index} = 0.01, 95\% \text{ CI } [-0.002, 0.03]$) 或忠貞等待 ($\text{index} = 0.01, 95\% \text{ CI } [-0.01, 0.03]$) 來預測正面關係結果之中介效果，因此，在輕微受傷事件中，H5 未成立。H6 在檢視關係滿意度對受傷感藉由建設性溝通來預測負面關係結果之中介路徑具有調節效果。結果顯示，關係滿意度無法顯著調節受傷感藉由整合性溝通 ($\text{index} = -0.01, 95\% \text{ CI } [-0.02, 0.002]$) 或忠貞等待 ($\text{index} = 0.003, 95\% \text{ CI } [-0.005, 0.01]$) 來預測負面關係結果之中介效果，故在輕微受傷事件中，H6 未成立。

圖 1：傷害性溝通的親社會過程路徑模型圖

嚴重受傷事件



輕微受傷事件



註：實線代表顯著路徑，虛線代表未顯著路徑；路徑係數皆為標準化係數。 $*p < .05$; $**p < .01$; $***p < .001$ 。

伍、研究討論

一、研究發現與意涵

本研究檢視在不同嚴重程度的受傷事件中，受傷感如何藉由建設性溝通來改善親密關係。首先，H1 檢視受傷感與兩種建設性溝通（整合性溝通及忠貞等待）之間的關係。分析結果與過往研究發現一致（Bachman & Guerrero, 2006b; Lemay et al., 2012），在親密關係中，受傷感能促使受傷者採取建設性溝通。

在嚴重受傷事件中，受傷者傾向運用主動型（整合性溝通）和被動型（忠貞等待）建設性溝通來回應伴侶的傷人言行。由於嚴重受傷事件類型（如：伴侶對感情的背叛、要結束關係、或羞辱受傷者）通常會對雙方的關係有重大且立即的危險，所以受傷者在面對嚴重受傷事件時，儘管自己會非常傷心難過，但仍會選擇整合性溝通的策略，主動向伴侶表達自己的感受，並把事情問清楚、講明白，試圖和伴侶找出問題點和解決辦法。此發現和 Vangelisti & Crumley（1998）的研究結果相呼應，人們在嚴重受傷事件中，除使用負面的溝通方式外，也會採取正向的溝通方式來和伴侶互動，如：要求對方解釋和說明、向伴侶表達受傷感受、道歉。此外，在受傷感非常強烈時，受傷者也可能以非主動的方式來回應傷人者，故會採用忠貞等待的策略，被動地等待伴侶前來說明和解釋，或是希望事情會好轉。因此，在嚴重受傷事件中，H1a 和 H1b 成立。

而在輕微受傷事件中，受傷者也會傾向採用主動型（整合性溝通）和被動型（忠貞等待）建設性溝通。輕微受傷事件類型通常為伴侶間因

相處上的摩擦而產生不愉快，但不會立即對感情關係造成重大的傷害，例如：未受到伴侶的理解和重視、被伴侶潑冷水、能力被質疑等。因此，受傷者會採用主動性的溝通策略來回應此類型的事件。儘管輕微受傷事件所引發的受傷感並未像嚴重受傷事件所引發的受傷感那麼強烈，但受傷者仍可能會選擇整合性溝通的回應策略，主動找伴侶把事情講清楚、說明白，並表達自己的感受與想法，企圖達成彼此的諒解。再者，受傷者也可能會選擇忠貞等待的策略，等待伴侶的回應及觀察事情會如何發展。因此，在輕微受傷事件中，H1a 和 H1b 成立。

整體來看，受傷者在嚴重和輕微受傷事件中皆會採用整合性溝通，此與過往研究結果相同（Leary et al., 1998; McLaren & Steuber, 2013）。整合性溝通主要是以非衝突的方式向傷人者表達自己的感受和想法，並且透過彼此的交談，來了解對方的行為，並試圖達成諒解或找出感情問題的解決之道。藉由此種直接溝通的方式，可讓伴侶清楚知道其行為已傷害到對方，同時受傷者亦可避免之後再次受到傷害（Theiss et al., 2009）。由此可知，在受傷事件中，整合性溝通是一個重要的回應策略，可讓受傷者主動掌握事情的整體情況和伴侶的想法，以利採取後續的相關作為。同樣地，忠貞等待會在嚴重及輕微受傷事件中被採用，但值得注意的是，受傷感於嚴重事件中所引發忠貞等待的路徑係數（ $\beta = .17$ ）高於受傷感於輕微事件中所引發忠貞等待的路徑係數（ $\beta = .12$ ）。承前所述，嚴重受傷事件通常會對雙方關係產生較大的傷害，而輕微受傷事件多屬伴侶間在相處上的摩擦。因此，此路徑係數的差異可能是受傷者因非常傷心而暫時不想與伴侶互動、一時無法接受伴侶的所作所為、或是避免讓自己更為傷心難過，故受傷者在面對嚴重受傷事件時會比在面對輕微受傷事件時，更傾向以被動的方式來回應其伴侶。由於受傷者對伴侶仍有一定的感情，所以也希望事情能有改善。

H2 與 H3 探討受傷感、建設性溝通及正面和負面關係結果之間的關係。研究結果發現，在嚴重及輕微受傷事件中，整合性溝通（H2a）在受傷感和正面關係結果之間均有顯著的正向中介效果，而忠貞等待僅在嚴重受傷事件中對受傷感和正面關係結果之間有顯著的正向中介效果（H2b）；在嚴重受傷事件中，整合性溝通對受傷感和負面關係結果之間則有顯著的負向中介效果（H3a）；然而，與 H3b 預期相反，忠貞等待在嚴重受傷事件中對受傷感和負面關係結果之間則有顯著的正向中介效果。簡而言之，在嚴重受傷事件中，H2a、H2b 及 H3a 成立；在輕微受傷事件中，僅 H2a 成立。以下進一步探討三種建設性溝通在傷害性溝通的親社會過程中之意涵。

在整合性溝通方面，受傷感能正向預測整合性溝通，並進而分別正向預測正面關係結果及反向預測負面關係結果。這顯示，整合性溝通在受傷事件中具有關係改善的功能，並且也能減緩嚴重受傷事件對關係的衝擊，主要的原因可能是由於整合性溝通讓雙方能有充分溝通的機會，透過直接的對話來表達和解釋各自的想法及感受，以便增進彼此的諒解並共同找出解決感情問題的方法；過往的研究也指出，透過直接且開放的溝通方式通常能有助於感情關係的改善（McLaren & Steuber, 2013）。再者，過往研究發現，整合性溝通與原諒（*forgiveness*）有正相關（Bachman & Guerrero, 2006a），因此，本研究雖未檢視此變項，但在開誠佈公地溝通及討論感情問題的過程中，受傷者可能會選擇原諒伴侶，或是伴侶向受傷者道歉，進而降低受傷事件對感情造成的傷害。而且，傷害者亦可能因此更了解自己的錯誤行為，而願意採取道歉、安慰對方等關係修復行為（Knight, 2018）。所以，受傷者使用整合性溝通便較容易獲得對方的道歉或願意原諒對方，進而有利於關係的改善與維繫。必須一提的是，整合性溝通在輕微受傷事件中並未顯著中介受傷感

和負面關係結果之間的關係。可能的原因是，由於輕微受傷事件所造成的嚴重性並未如嚴重受傷事件那般嚴重，故整合性溝通在輕微受傷事件中所發揮的調適性效果（adaptive effect）便不如在嚴重受傷事件中顯而易見。然而值得注意的是，整合性溝通的中介效果方向在輕微和嚴重的受傷事件呈現一致，皆反向預測負面關係結果。由此可知，在輕微受傷事件中，整合性溝通或許是一個能減少對感情關係產生負面影響的溝通策略。

在忠貞等待方面，在嚴重受傷事件中，受傷感能正向預測忠貞等待，並進而正向預測正面關係結果，顯示受傷者會使用被動性溝通策略，以期待伴侶主動修復彼此的關係。嚴重受傷事件通常是過度地違反感情分際，並會傷害彼此的親密感和信任感，故受傷者可能會認為伴侶必須對違反感情分際負起全部的責任，故伴侶應主動地採取補救措施來修復當前的關係。然而，在輕微受傷事件中，受傷感則無法透過忠貞等待來改善關係。主要原因可能是由於多數輕微事件為生活相處上的摩擦，而不至於立即造成關係終止，故受傷者不會優先選擇以忠貞等待的策略來修復關係。基此，與輕微受傷事件相較，受傷者在嚴重受傷事件中則更傾向採取被動性的溝通回應方式，等待伴侶主動前來修復關係。的確，過往研究指出，受傷者所展現的受傷感可促使傷人者採取關係修復的行為（Knight, 2018; Lemay et al., 2012）。此外，探討伴侶間衝突的文獻（Caughlin & Vangelisti, 2006）指出，避免與伴侶產生直接的衝突通常會與關係滿意度之間呈現正向的關係。由於忠貞等待本質上是避免和傷害者直接互動，所以忠貞等待可讓受傷者在第一時間避免和伴侶有直接的衝突，也可減少受傷者對伴侶採取負面行為的機會，以避免雙方的關係更為惡化（Feeney, 2004）。至於忠貞等待會有利於關係改善的原因，很可能是受傷感本身即是一種向伴侶傳遞受傷者在乎彼此關係的

訊息，進而促使伴侶主動採取關係修復行為，使得雙方變得會彼此關心、彼此信任（Lemay et al., 2012）。

然而，與 H3b 預期相反的是，在嚴重受傷事件中，受傷感也可能會透過忠貞等待造成負面關係結果。由此可知，忠貞等待未必能保證受到傷害的感情關係定可獲得改善，這可能是因為近六成的嚴重受傷事件類型為關係貶損和羞辱／人身攻擊，故受傷者極大可能期待傷人要主動認錯及道歉；但事實上傷人在受傷事件發生後，除道歉之外，亦可能會以辯護、否認及緘默等不同方式來會回應受傷者（Dunleavy et al., 2009; Kleine, 2021），而這些非建設性溝通方式卻不利於雙方共同解決感情問題，反而容易造成關係的惡化。

此外，值得注意的是，檢視受傷感對關係結果的直接效果發現，受傷感僅在輕微受傷事件中，直接顯著正向預測負面關係結果。這顯示，在沒有建設性溝通介入的情況下，受傷感亦可能會對關係結果產生負面的影響，讓受傷者對伴侶和此段感情變得較不關心。然而，在嚴重受傷事件中，受傷感對正面及負面關係結果皆未有顯著的直接效果，顯示受傷感所引發的建設性溝通是改善親密關係的重要溝通策略。

H4 與 H5 檢驗關係滿意度能否調節建設性溝通對受傷感及正面和負面關係結果間的中介效果。分析結果指出，在嚴重和輕微受傷事件中，整合性溝通和忠貞等待的中介效果皆不會因關係滿意度的高低而有所差異。進一步檢視相關數據發現，關係滿意度的平均數為 5.01，代表受測者對其感情關係是感到滿意的，且平均關係長度為 9.04 年，顯示多數受測者與伴侶的關係是穩定的。由此推判，H4 與 H5 不成立的原因應該是，關係滿意度之變異程度有限，故對建設性溝通的中介效果無法產生顯著的調節作用。這樣的結果也意味著，對關係感到滿意的人在面對受傷事件時，會傾向以正向溝通方式來回應伴侶，故感情關係亦較能獲得

改善。

整體來說，整合性溝通和忠貞等待能降低受傷事件對感情關係的傷害，同時，整合性溝通亦可減輕受傷事件對感情所帶來的負面影響，進而利於感情的維繫。因此，在感情相對穩定的親密關係中，傷害性溝通所產生的受傷感雖讓人產生相當不愉快的情緒經驗，但受傷感所引發的建設性溝通卻能有效地改善及維繫伴侶間的關係。

二、研究貢獻

本研究調查傷害性溝通的親社會過程，研究結果的學術貢獻有二：第一、不同於過往相關研究僅聚焦於「受傷感能否引發正向溝通行為」或「受傷感對關係結果之影響」（Bachman & Guerrero, 2006b; Feeney, 2004; Sanford, 2007; Zhang & Stafford, 2009），本研究檢視在不同嚴重程度的受傷事件中，受傷感、建設性溝通及關係結果等三者之間的關係，並發現，在控制潛在干擾變項後，受傷感在輕微和嚴重的受傷事件中，均能引發建設性溝通，有助於改善伴侶間不穩定的親密關係。由此顯示，受傷感能對親密關係產生調適性的作用（adaptive effects），促使受傷者和伴侶進行正向的溝通互動，以減少對伴侶間感情的負面影響。但必須說明的是，本研究的受測者在參與調查時，皆正處於一段相對穩定的感情關係之中，代表著這些受測者對其親密關係仍有一定程度的重視，而願意採用建設性溝通來持續維持這段感情。的確，在一個與伴侶共好的親密關係中（communal relationship）的人們會經常主動關心伴侶的需求和幸福（Clark et al., 2017），所以，對於那些能順利渡過受傷事件難關的伴侶們來說，受傷感對親密關係產生的正向效益會比那些因受傷事件而結束感情的伴侶們相對更為顯著。可以想見，會重視其伴侶和

感情關係的人，在遭遇感情上的危機時，通常會有較強的動機來因應此危機並設法解決它。故在此情況下，人們在受傷事件中會相對願意採取有利於關係修復的溝通行為。

此外，社會尺標理論及社會重繫連結假設皆提供了適合的理論基礎來解釋受傷感如何能有利於親密關係的維繫。從社會尺標理論的觀點而言，經歷受傷感可使人們知覺其感情上所面臨的威脅，再藉由監測感情價值的心理機制，促使人們採取利於關係改善的行為來化解威脅（Leary, 2005a, 2005b）。從社會重繫連結假設的角度而言，因人際拒絕或關係貶損而感到受傷的人，在對人際關係有較高的需求與渴望時，會更願意採取親社會行為來和對方進行互動（Chester et al., 2016; Maner et al., 2007）。這是因為，被拒絕者在高度重視此段關係、知覺恢復關係的機會很高、以及認為失去這段關係會付出較高的代價等情況下，會藉由親社會行為來提高自己的感情價值，希望能被對方再次接受（Leary & Acosta, 2018）。基於此，只要伴侶間的感情擁有一定程度的穩固基礎，受傷的一方很可能會使用正向的溝通策略來修復關係。由於本研究受測者對其親密關係感到一定程度的滿意（ $M = 5.01$ ，七點量表），所以受傷感能引發主動型和被動型建設性溝通，並進而改善伴侶間的關係。因此，傷害性溝通的親社會過程應僅會於相對穩定的親密關係中顯而易見。

第二、有別於過往相關文獻僅檢視「單一受傷情境」中的建設性溝通或僅以「單面向構念方式」測量建設性溝通（如 Bachman & Guerrero, 2006b; Feeney, 2004; Lemay et al., 2012），本研究從不同的受傷情境來了解受傷感如何引發不同的建設性溝通，以協助受傷者來修復感情關係。研究發現，在嚴重和輕微的受傷事件中，受傷者皆會採用整合性溝通（主動型）和忠貞等待（被動型）來回應伴侶，較能改善不穩定的感情

關係；然而，在嚴重受傷事件中，使用被動型建設性溝通（忠貞等待）卻未必一定能獲得關係的改善，亦有可能造成負面的關係結果，如：雙方對關係的不在乎。由此可知，主動型建設性溝通（整合性溝通）是相當重要的溝通策略，能夠協助伴侶間解決當前的感情問題；反之，在嚴重受傷事件中，被動型的建設性溝通雖有機會讓不穩定的關係繼續維持下去，而這樣的情況應該只適用於仍想保有這段感情關係的人。必須說明的是，被動型的建設性溝通並不能讓正處於感情被剝削（exploitative）或受到虐待（abusive）的人獲得任何利益，特別是在伴侶持續做出傷人行為的情況下。

簡言之，本研究發現，在不同嚴重程度的受傷情境，採取不同類型的建設性溝通對關係改善會有不同的效益。重要的是，這些研究結果反映出，受傷者若能根據人際互動的情境所需而選用適切的溝通策略，將有利於改善不穩定的親密關係。

三、研究限制和未來研究方向

相較於過往的相關研究，本研究有以下幾點修正。第一、藉由要求每位受測者回憶近期發生的輕微和嚴重受傷事件，本研究確認了建設性溝通的效益及傷害性溝通的親社會過程皆會因不同嚴重程度的受傷事件而有所差異。而此研究方式能夠避免來自不同嚴重程度的受傷事件所產生的正向效果相互抵銷。再者，要求受測者回憶近期遭遇到的受傷事件相對能減少因對特定情境有特定的認知（situation-specific beliefs）而產生潛在的回憶偏誤（Robinson & Clore, 2002）。必須說明的是，本研究並未明確指出「近期」的確切時間，主要是便於受測者去挑選他們所認為是於近期發生的事件，如此有利於減少受測者因一次回憶兩種不同事

件而產生需求特性 (demand characteristics) 的機會。儘管如此，少部分的受測者仍會回憶相對已發生較久的事件，而可能產生回憶上的偏誤。為處理此問題，在驗證假設時，受傷事件發生至受測者參與調查的時間長度透過統計控制來減少回憶誤差。此外，雖然自陳式問卷可能容易受到記憶偏差而有所影響，但不論回憶是否正確與否，個人對受傷事件的認知仍可以影響其後續的互動行為和關係結果 (Vangelisti & Young, 2000; Vangelisti et al., 2005)。建議未來研究可採用日記法 (diary method) 來獲得人們在受傷事件發生的當下所產生的互動細節，以減少事件回憶偏誤的風險。

第二、多數的受傷感研究都以大學生為研究樣本來探討親密關係中的傷害性溝通 (Bippus & Young, 2012; Feeney, 2004; Leary et al., 1998; McLaren & Solomon, 2008; Vangelisti & Crumley, 1998; Zhang & Stafford, 2009)，因而限制了研究結果的推論程度。由於本研究受測者為一般民眾，且招募於具有多元人口特徵的 Amazon Mechanical Turk 平台 (Sheehan, 2018)，因此有別於使用大學生樣本的過往研究，本研究結果相對能展現較佳的推論性。但必須注意的是，本研究發現僅能推論於在經歷受傷事件後仍願意持續維持親密關係的伴侶。

此外，本研究亦有一些研究限制。第一、本研究使用橫斷性的問卷調查法來檢視變項間的關係，故在變項間的因果關係推論仍有一定侷限。由於考量研究倫理之因素，探討親密關係中的受傷感相關研究故均未採用實驗法來對伴侶的情感進行受傷操弄；然而，根據使用事後回溯問卷調查法、日記法、觀察法等不同研究方法的受傷感研究結果 (Bachman & Guerrero, 2006b; Lemay et al. 2012; Sanford, 2007)，以及負面情緒對人際互動和關係能產生的正向效益 (Baker et al., 2014; Graham et al., 2008) 等相關文獻來推論，受傷感具有關係修復的功能，

故受傷感能夠引發建設性溝通，並進而改善伴侶間的親密關係。

第二、本研究僅調查受測者在受傷事件中所使用的兩種建設性溝通，而未調查人們使用這些建設性溝通的先後順序。例如：受傷者可能會先使用忠貞等待，然後再使用整合性溝通。再者，一些研究已指出原諒和道歉等正向溝通行為在違反關係分際的情境中扮演著重要角色（McCullough et al., 1997; Roloff et al., 2001），以及建設性溝通與原諒及道歉有正向關聯性（Bachman & Guerrero, 2006a）。雖然本研究並未檢視原諒和道歉兩種溝通行為在傷害性溝通親社會過程中的角色，但建議未來研究可以考慮納入原諒和道歉，並且檢視人們採用這些建設性溝通的優先順序，以及其對關係結果的影響，以便於發掘更多受傷感如何透過建設性溝通改善親密關係的細節。

第三、本研究結果已確認傷害性溝通的親社會過程，但並未完整辨認影響此親社會過程的可能因素。而受傷事件屬性（如：事件類型）、受傷行為特徵（如：頻率）、個人特質（如：自尊、依附傾向），以及關係特徵（如：承諾感）等因素皆會對受傷者的解讀及行為傾向有不同程度的影響（Vangelisti & Hampel, 2010），同樣地，這些因素亦很可能會對傷害性溝通的親社會過程產生不同程度的影響。另外，受傷感亦可能觸發其他情緒（如：悲傷和內疚感）並進而產生交互作用，共同影響受傷感對親密關係的正向效果。基於此，後續研究可探索這些因素以更好地了解傷害性溝通的親社會過程在親密關係情境中的潛在運作機制。

第四、本研究僅從「受傷者」的觀點來探討受傷感在親密關係中的正向人際過程，了解受傷者自己在不同嚴重程度的受傷事件中所採用的建設性溝通及其對關係結果的影響。然而，受傷感除了會引發受傷者本身的建設性溝通之外，亦會觸發伴侶的同理心（empathy）、內疚感（guilt）及正向溝通行為（Hannon et al., 2010; Knight, 2018; Lemay et al.,

2012)。因此，後續研究可進一步從「傷受害者」的觀點來調查因伴侶受傷感所引發的正向溝通行為如何改善伴侶間的感情關係，以完整了解受傷感改善親密關係的人際歷程。

陸、結論

受傷感是高度負向情緒，常會令人感到痛苦、難過，並容易對親密關係造成負向影響。然而，受傷感對感情關係亦可產生正向影響。從關係維持的角度觀之，受傷感能提醒人們當前感情所遇到的困境，並促使其採取不同的正向溝通行為來和伴侶互動，以修復不穩定的感情關係。特別是，選擇主動型建設性溝通的受傷者，不僅可促進關係改善，亦可減緩因受傷事件對其感情關係造成的傷害。總而言之，如同其他的負面情緒，受傷感亦具有改善和維繫親密關係之特性。

參考書目

- Bachman, G. F., & Guerrero, L. K. (2006a). Forgiveness, apology, and communicative responses to hurtful events. *Communication Reports*, 19(1), 45-56.
- Bachman, G. F., & Guerrero, L. K. (2006b). Relational quality and communicative responses following hurtful events in dating relationships: An expectancy violations analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(6), 943-963.
- Baker, L. R., McNulty, J. K., & Overall, N. C. (2014). When negative emotions benefit close relationships. In W. G. Parrott (Ed.), *The positive side of negative emotions* (pp. 101-125). The Guilford Press.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Bippus, A. M., & Young, S. L. (2012). Using appraisal theory to predict emotional and coping responses to hurtful messages. *Interpersona*, 6(2), 176-190.
- Buckley, K. E., Winkel, R. E., & Leary, M. R. (2004). Reactions to acceptance and rejection:

- Effects of level and sequence of relational evaluation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40(1), 14-28.
- Caughlin, J. P., & Vangelisti, A. L. (2006). Conflict in dating and marital relationships. In J. G. Oetzel & S. Ting-Toomey (Eds.), *The Sage handbook of conflict communication: Integrating theory, research, and practice* (pp. 129-157). Sage.
- Chester, D. S., DeWall, C. N., & Pond, R. S., Jr. (2016). The push of social pain: Does rejection's sting motivate subsequent social reconnection? *Cognitive, affective & behavioral neuroscience*, 16(3), 541-550.
- Clark, M. S., Armentano, L. A., Boothby, E. J., & Hirsch, J. L. (2017). Communal relational context (or lack thereof) shapes emotional lives. *Current Opinion in Psychology*, 17, 176-183.
- Dunleavy, K. N., Goodboy, A. K., Booth-Butterfield, M., Sidelinger, R. J., & Banfield, S. (2009). Repairing hurtful messages in marital relationships. *Communication Quarterly*, 57(1), 67-84.
- Feeney, J. A. (2004). Hurt feelings in couple relationships: Towards integrative models of the negative effects of hurtful events. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(4), 487-508.
- Feeney, J. A. (2005). Hurt feelings in couple relationships: Exploring the role of attachment and perceptions of personal injury. *Personal Relationships*, 12(2), 253-271.
- Feeney, J. A. (2009). When love hurts: Understanding hurtful events in couple relationships. In A. L. Vangelisti (Ed.), *Feeling hurt in close relationships* (pp. 313-335). Cambridge University Press.
- Ferris, L. J., Jetten, J., Hornsey, M. J., & Bastian, B. (2019). Feeling hurt: Revisiting the relationship between social and physical pain. *Review of General Psychology*, 23(3), 320-335.
- Graham, S. M., Huang, J. Y., Clark, M. S., & Helgeson, V. S. (2008). The positives of negative emotions: Willingness to express negative emotions promotes relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(3), 394-406.
- Hannon, P. A., Rusbult, C. E., Finkel, E. J., & Kamashiro, M. (2010). In the wake of betrayal: Amends, forgiveness, and the resolution of betrayal. *Personal Relationships*, 17, 253-278.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Kleine, M. (2021). Accounts and attributions following marital infidelity. *Western Journal of Communication*, 85(2), 211-229.
- Knight, K. (2018). Transgressor communication after committing a hurtful relational event: Associations with attributed intent, blame, guilt, responsibility, and perceived forgiveness. *Western Journal of Communication*, 82(4), 475-492.
- Leary, M. R. (2005a). Interpersonal cognition and the quest for social acceptance. In M. W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal cognition* (pp. 85-102). The Guildford Press.

- Leary, M. R. (2005b). Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology*, 16(1), 75-111.
- Leary, M. R., & Acosta, J. (2018). Acceptance, rejection, and the quest for relational value. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (2nd ed., pp. 378-390). Cambridge University Press.
- Leary, M. R., & Downs, D. L. (1995). Interpersonal functions of the self-esteem motive: The self-esteem system as a sociometer. In M. H. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp. 123-144). Plenum Press.
- Leary, M. R., Springer, C., Negel, L., Ansell, E., & Evans, K. (1998). The causes, phenomenology, and consequences of hurt feelings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1225-1237.
- Leary, M. R., & Springer, C. A. (2001). Hurt feelings: The neglected emotion. In R. M. Kowalski (Ed.), *Behaving badly: Aversive behaviors in interpersonal relationships* (pp. 151-175). American Psychological Association.
- Lemay, E. P., Jr., Overall, N. C., & Clark, M. S. (2012). Experiences and interpersonal consequences of hurt feelings and anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103(6), 982-1006.
- MacDonald, G. (2009). Social pain and hurt feelings. In G. Matthews & P. J. Corr (Eds.), *The Cambridge handbook of personality psychology* (pp. 541-555). Cambridge University Press.
- Malachowski, C. C., & Frisby, B. N. (2015). The aftermath of hurtful events: Cognitive, communicative, and relational outcomes. *Communication Quarterly*, 63(2), 187-203.
- Maner, J. K., DeWall, C. N., Baumeister, R. F., & Schaller, M. (2007). Does social exclusion motivate interpersonal reconnection? Resolving the “porcupine problem”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1), 42-55.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., Jr., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321-336.
- McLaren, R. M., & Solomon, D. H. (2008). Appraisals and distancing responses to hurtful messages. *Communication Research*, 35(3), 339-357.
- McLaren, R. M., & Steuber, K. R. (2013). Emotions, communicative responses, and relational consequences of boundary turbulence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(5), 606-626.
- Miller, C. W., & Roloff, M. E. (2014). When hurt continues: Taking conflict personally leads to rumination, residual hurt and negative motivations toward someone who hurt us. *Communication Quarterly*, 62(2), 193-213.
- Peer, E., Vosgerau, J., & Acquisti, A. (2014). Reputation as a sufficient condition for data quality on Amazon Mechanical Turk. *Behavior Research Methods*, 46(4), 1023-1031.

- Robinson, M. D., & Clore, G. L. (2002). Belief and feeling: Evidence for an accessibility model of emotional self-report. *Psychological Bulletin*, *128*(6), 934-960.
- Roloff, M. E., Soule, K. P., & Carey, C. M. (2001). Reasons for remaining in a relationship and responses to relational transgressions. *Journal of Social and Personal Relationships*, *18*(3), 362-385.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(1), 53-78.
- Rusbult, C. E., Zembrodt, I. M., & Gunn, L. K. (1982). Exit, voice, loyalty, and neglect: Responses to dissatisfaction in romantic involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, *43*(6), 1230-1242.
- Sanford, K. (2007). Hard and soft emotion during conflict: Investigating married couples and other relationships. *Personal Relationships*, *14*(1), 65-90.
- Sanford, K., & Rowatt, W. C. (2004). When is negative emotion positive for relationships? An investigation of married couples and roommates. *Personal Relationships*, *11*(3), 329-354.
- Sheehan, K. B. (2018). Crowdsourcing research: Data collection with Amazon's Mechanical Turk. *Communication Monographs*, *85*(1), 140-56.
- Theiss, J. A., Knobloch, L. K., Checton, M. G., & Magsamen-Conrad, K. (2009). Relationship characteristics associated with the experience of hurt in romantic relationships: A test of the relational turbulence model. *Human Communication Research*, *35*(4), 588-615.
- Vangelisti, A. L. (1994). Messages that hurt. In W. R. Cupach & B. H. Spitzberg (Eds.), *The dark side of interpersonal communication* (1st ed., pp. 53-82). Lawrence Erlbaum.
- Vangelisti, A. L. (2001). Making sense of hurtful interactions in close relationships: When hurt feelings create distance. In V. Manusov & J. H. Harvey (Eds.), *Attribution, communication behavior, and close relationships* (pp. 38-58). Cambridge University Press.
- Vangelisti, A. L. (2009). Hurt feelings: Distinguishing features, functions, and overview. In A. L. Vangelisti (Ed.), *Feeling hurt in close relationships* (pp. 3-11). Cambridge University Press.
- Vangelisti, A. L., & Crumley, L. P. (1998). Reactions to messages that hurt: The influence of relational contexts. *Communication Monographs*, *65*(3), 173-196.
- Vangelisti, A. L., & Hampel, A. D. (2010). Hurtful communication: Current research and future directions. In S. W. Smith & S. R. Wilson (Eds.), *New directions in interpersonal research* (pp. 221-241). Sage.
- Vangelisti, A. L., & Young, S. L. (2000). When words hurt: The effects of perceived intentionality on interpersonal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *17*(3), 393-424.
- Vangelisti, A. L., Young, S. L., Carpenter-Theune, K. E., & Alexander, A. L. (2005). Why

- does it hurt?: The perceived causes of hurt feelings. *Communication Research*, 32(4), 443-477.
- Young, S. L. (2004). Factors that influence recipients' appraisals of hurtful communication. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(3), 291-303.
- Young, S. L., & Bippus, A. M. (2001). Does it make a difference if they hurt you in a funny way? Humorously and non-humorously phrased hurtful messages in personal relationships. *Communication Quarterly*, 49(1), 35-52.
- Young, S. L., Fiori, K., & Ortega, V. C. (2023). Personalizers' responses to hurt: Do intensity and intentionality mediate relational distancing? *Southern Communication Journal*, 88(2), 185-193.
- Young, S. L., Kubicka, T. L., Tucker, C. E., Chávez-Appel, D., & Rex, J. S. (2005). Communicative responses to hurtful messages in families. *Journal of Family Communication*, 5, 123-140.
- Zhang, S., & Stafford, L. (2009). Relational ramifications of honest but hurtful evaluative messages in close relationships. *Western Journal of Communication*, 73, 481-501.

The Prosocial Process of Hurtful Communication in Intimate Relationships: Hurt Feelings, Constructive Communication, and Relationship Consequences

Mao-Chia Sun*

ABSTRACT

Hurtful communication is a common occurrence in intimate relationships. Extensive research has demonstrated the harmful influence of hurt on relational functioning. Although a handful of research (e.g., Bachman & Guerrero, 2006b; Lemay et al., 2012) has paid attention to the potential positive effects of hurt, few research efforts have sought to identify the prosocial process of hurtful communication that can repair close relationships, in terms of how hurt improves relationship consequences through constructive communication. To address this issue, this study explores the prosocial process of hurtful communication in intimate relationships by investigating the conditions under which such a process takes place and what types of constructive communication elicited by hurt promote relationship maintenance.

Hurtful experience usually occurs from relational devaluation. In a sense, hurt can be viewed as a relational indicator that tells people the status of their relationship, and feeling hurt signals potential relational threats. Since such devaluation threatens victims' need to belong, feeling hurt should trigger victims' relationship-constructive behaviors for relationship maintenance.

* Mao-Chia Sun is an associate professor in the Department of Journalism, National Defense University, Taiwan. E-mail: mcsndu@gmail.com.

Likewise, according to the sociometer theory and social reconnection hypothesis, experiencing hurt prompts victims to perceive relational threats and to then defuse them through prosocial behaviors. Furthermore, hurt involves expressing vulnerability, which then drives victims to seek reassurance or comfort from their partner through positive communication. As a result, feeling hurt in some cases should serve as a prosocial function to keep relationships going via constructive behavior aimed at restoring partners' acceptance and valuing of the relationship.

Rusbult et al.'s (1991) accommodation framework and Bachman and Guerrero's (2006a, 2006b) work provide a guiding approach to understand how people may react constructively to hurtful events in active (integrative communication) and passive (loyalty) ways. Empirical evidence has illuminated that hurt may motivate victims to adopt constructive communication. Therefore, hurt should positively predict integrative communication and loyalty (H1). Another work has documented that hurt can have positive and negative consequences, but it is still unclear how hurtful experience, constructive communication, and relationship consequences intercorrelate. As stated earlier, hurtful experiences often involve threats to a needed relationship with a romantic partner; therefore, hurt can be associated with more positive relationship consequences (H2) and less negative relationship consequences (H3) through constructive communication (integrative communication and loyalty). Moreover, relationship satisfaction has been found to affect victims' interpretation and reactions to being hurt. Thus, how hurt improves relationship consequences through constructive communication should be influenced by the extent to which how victims are satisfied with their relationship. By this logic, relationship satisfaction should moderate the mediating effects of constructive communication on the association between hurt and positive relationship consequences as well as

between hurt and negative relationship consequences (H4 & H5).

In total, 405 individuals in intimate relationships were recruited via Amazon Mechanical Turk to complete an online survey. Participants first answered a set of questions about their relationship and partner. Afterwards, they were required to recall and describe two types (severe and minor) of recent hurtful interactions with their current romantic partner in narrative form. After each recall, participants had to finish a series of measures with regard to cognitive, emotional, behavioral, and relational responses. Path analyses were conducted to test the hypotheses using Hayes PROCESS Models 4 and 7.

Results indicate in both severe and minor hurtful events that hurt positively predicts integrative communication and loyalty. Moreover, in both severe and minor hurtful events, hurt is inclined to trigger integrative communication, which then likely produces positive relationship consequences. However, only in severe hurtful events is hurt more likely to promote integrative communication, which in turn likely mitigates negative relationship consequences. The findings suggest that active constructive communication (integrative communication) is an effective strategy that can help couples work out their transgressions. This is because integrative communication opens up an opportunity for both partners to discuss their thoughts and feelings, increase mutual understanding, and then find a way to resolve relationship difficulties.

In severe hurtful events, hurt tends to provoke loyalty (patiently waiting for a partner to repair the relationship), which in turn likely generates positive relationship consequences. Severe hurtful events usually involve more serious transgressions. It is possible that victims think their partner has to take full responsibility for the transgression and then should respond actively with remedial actions, such that victims are more likely to adopt passive constructive communication. Furthermore, loyalty can reduce direct

confrontation and victims' aggressive behavior, thereby avoiding any escalation of relationship issues. Surprisingly, in severe hurtful events, hurt also relates to negative relationship consequences through loyalty. This implies that passive constructive communication does not always guarantee having positive relationship consequences, and there is still a chance that using loyalty is likely to have negative outcomes.

It is noteworthy that the direct effect of hurt on negative relationship consequences is significant in minor hurtful events, but not in severe ones. This plausibly suggests that hurt makes people care less about their partner and the relationship without any engagement of constructive communication, and that constructive communication plays a key role more in serious relational transgressions than in minor ones. In addition, relationship satisfaction does not moderate the prosocial process of hurtful communication. It might be that the average of participants' relationship satisfaction is relatively high, and thus a more limited variance in relationship satisfaction may produce insignificant moderated mediation effects.

The findings overall identify how the prosocial processes of hurtful communication take place in severe and minor hurtful interactions. Such prosocial processes may be more pronounced for those who successfully have navigated hurtful events than for those who have terminated their close relationships after such events. Although hurtful experiences are aversive and distressing, when people's feelings are hurt, people may respond to relational threats with constructive communication. In particular, people who respond constructively through integrative communication can reap positive consequences from the hurtful experience.

Keywords: constructive communication, hurtful communication, hurt feelings, intimate relationship