

香港青少年的感情關係¹

陳之虎

突破研究幹事

一項有關青少年感情關係的研究顯示，本地年青人拍拖過於重視戀愛的感受及感覺，忽略了相處關係及培養感情的重要性；當感情出現問題時，亦缺乏有效的處理技巧。本文會仔細分析有關的研究結果，藉以描劃現時青少年感情生活的實際狀況，並探討他們在處理感情問題上的需要。

Romantic Relationships of Hong Kong Youngsters

Tiger C. F. Chan

Researcher, Breakthrough

Recent research on the romantic relationships of young people indicates the strong influence of feeling and passion. Furthermore, few youth are able to develop good communication skills or, sharing and support with their partners. Based on these research findings, this paper tries to provide a clear and detailed analysis on how Hong Kong youngsters act within their romantic liaisons. Also discussed are the issues of trouble and conflict within the relationship.

近年，青少年因感情困擾而發生事故的情況日漸增多。當中經常涉及青少年面對感情煩惱的應對能力及自控能力，而他們的感情關係亦是問題的焦點。過往有關的青少年調查，較多是集中於青少年對拍拖、同居、婚姻及婚前性行為等態度，但他們情感生活的實際情況是毫無所知。有見及此，突破資訊研究組進行一項【青少年感情生活研究】，藉以瞭解現時青少年的戀愛態度、相處模式及處理感情問題的方法。本文嘗試就是次研究結果，探討幾個有關現時青少年拍拖的課題。

1. 研究方法

研究於二千年十一月至十二月進行，訪問了 1898 名本地高中學生、大專及大學學生。研究的範圍包括五部分：1)現時青少年拍拖的狀況；2)他們感情煩惱及處理方式；3)青少年拍拖的相處及感情關係；4)他們處理感情衝突的方式等；並收集**中學樣本**及**大專樣本**進行比較分析。

研究以普查問卷方式，向全港十八間中學的中四至中七學生進行抽樣調查，共收回 1466 份有效問卷，回應率達 98.1%。**中學樣本**主要是 14 至 17 歲的高中學生 (90.8%)，六成 (60.0%) 受訪者是女性；樣本標準誤差少於 2.5%。之後再向七百多名本地的大專或大學學生發出問卷，收回 432 份有效問卷，回應率達 61.3%。**大專樣本**主要是 18 至 22 歲的本地大專或大學生 (91.2%)，就讀院校包括職業訓練學院 (4.5%)、教育學院 / 大專 (34.8%)、大學 (56.2%)，當中以女性受訪者 (62.3%) 較多；樣本標準誤差少於 5.0%。為避免研究結果受到男

¹ 本文原載於香港青年協會出版之「青年研究學報」2001 年 7 月，第四卷，第二期，頁 158-167。

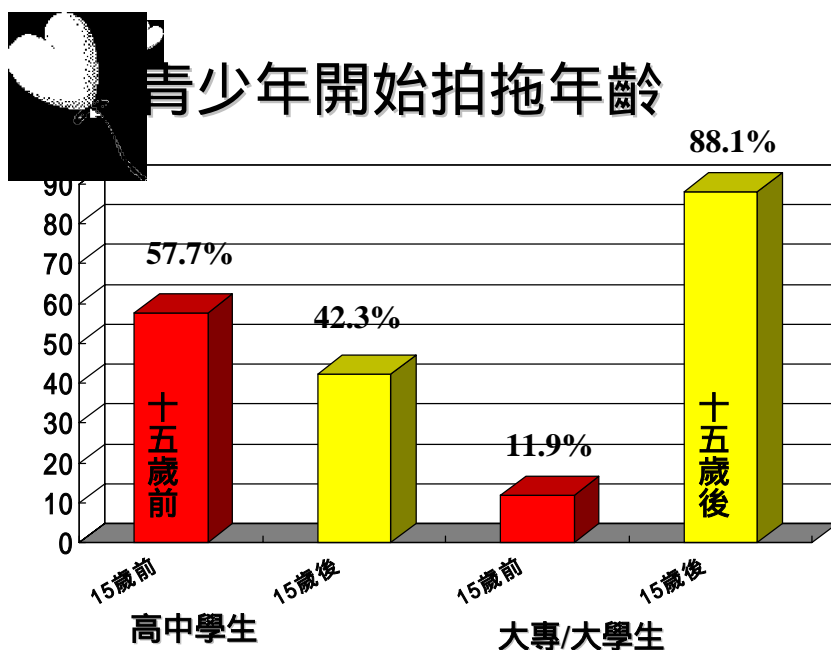
女受訪者不平均的影響，研究數據分析已作加權（weight）處理。

2. 不同年齡階段的感情生活狀況

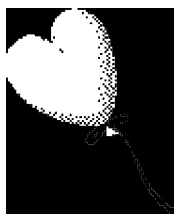
在受訪的一千四百多名高中學生及四百多名本地大專及大學生中，近四成高中學生（38.3%）及六成大專學生（62.2%）曾經拍拖；現時仍在拍拖的分別有兩成（18.5%高中）及四成（39.7%大專）。大專女學生拍拖比率較高，達七成（70.9%）；而高中階段，男女學生拍拖的比率則相約。

研究發現中學組別與大專組別的受訪者在開始拍拖時間上有所不同。絕大部分高中學生都是在12至14歲（47.0%）及15至17歲（40.3%）期間開始第一次拍拖，當中以初中階段開始的人數較多，只有一成（10.7%）是早至小學時期開始。反觀大專生及大學生，較多（40.2%）是在高中階段（15至17歲）開始，其次（36.9%）是預科及大專初期（即18-20歲），初中或以前開始的只有一成多（18.2%）。這裡是否顯示青少年開始拍拖的年齡已逐步下降，還需進一步的研究探討。但可以肯定整體兩成（22.0%）的青少年，在初中階段已開始他們的拍拖生活，而高中階段是他們發展感情最活躍的時期。

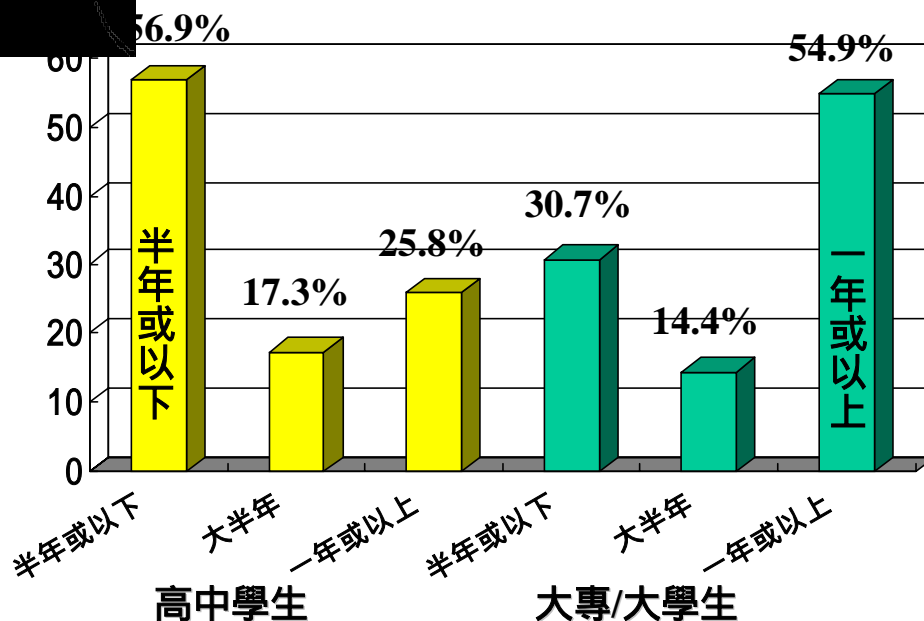
另外，在曾經拍拖的中學女生中，有超過一半（54.9%）是在初中階已經開始，明顯高於此階段開始的男生（40.0%），拍拖的次數亦較男生多，三成半（35.2%）在三次或之以上，反映本地少女在拍拖的事情上一般較男性早熟。



比較中學及大專階段青少年拍拖的狀況，發現他們發展感情的方式有明顯的分別。由結識至開始拍拖，高中學生當中四成（39.2%）與對象認識不到兩個月，一半以上（56.9%）拍拖維持不到半年，只有四分之一（25.9%）能夠維持一年以上；若出現分手的情況，中學生較多（44.5%）可以在兩星期內平復心情。反觀大專及大學生，四成（43.2%）會在認識半年後才開始拍拖，超過一半（54.9%）拍拖能維持在一年以上；分手後心情平復的時間亦較長，較多（56.3%）需要三個月以上。另外，在高中組別中，第一次拍拖至今而從未曾分手的只有一成多（16.3%），大專組別則增至兩成（21.5%）。



青少年拍拖維持多久



綜合以上的資料顯示，相信初中階段是本地青少年拍拖的孕育期，以高中階段最為活躍。中學階段的感情發展快速，一般開始時認識不太深（少於半年），拍拖週期較短（少於半年），拍拖次數較多（一般也有兩、三次），分手原因主要是「感情轉淡／無感覺」（57.6%）、「當初對伴侶認識不夠深」（28.7%）及「出現第三者／移情別戀」（22.0%）等。可見中學階段是青少年感情生活的探索期，發展的感情較為幼嫩（puppy love），隨著年紀較大，發展感情的方式亦會較成熟及穩定。

3. 遇上感情煩惱及處理方式

超過一半高中學生（53.4%）曾經遇上有感情煩惱，當中近六成（57.9%）是在15歲以前已經遇上；在大專組別中曾有感情煩惱的人數更多（70.7%），但較多（72.4%）是在15歲或以後發生。當中約有兩成多高中學生（25.0%）會因而感到困擾，大專學生則增至三成（29.6%）。

從未拍拖的青少年中，最主要的感情煩惱是有關「暗戀／單戀」（高中73.3%；大專51.2%）、「不知如何表達愛意」（高中50.5%）及「沒有合適對象」（大專53.8%）。對於曾經拍拖的學生，最主要的煩惱是「感情轉淡」（高中50.6%，大專42.1%）及「相處上磨擦／吵架」（32.9% & 38.1%）。

研究嘗試將青少年的感情煩惱歸納為四類：1) 圍繞追求戀愛的問題，例如暗戀、沒有戀愛對象及表白的煩惱等；2) 維繫感情；3) 感情相處關係，包括處理磨擦、性格衝突、親密／性等；4) 感情糾紛，例如與朋友喜歡同一人、不懂處理分手、感情被玩弄或被遺棄等。

感情煩惱分類	曾經拍拖		未曾拍拖	
	大專學生	高中學生	大專學生	高中學生
1. 追求戀愛	57.1%	52.8%	87.4%	86.4%
2. 維繫感情	41.7%	51.4%	5.7%	12.3%
3. 感情相處關係	40.8%	36.1%	8.0%	7.3%
4. 感情糾紛	70.0%	76.7%	39.1%	43.5%
5. 其他	25.0%	29.1%	18.4%	23.9%
	(N=240)	(N=477)	(N=87)	(N=301)

註：為避免受是次研究男女受訪者不平均的影響，有關計算已作加權（weight）處理。

結果顯示，從未拍拖的青少年最經常的煩惱是圍繞追求戀愛，而曾經拍拖的是處理感情糾紛及維繫感情。

有關青少年如何處理感情煩惱，研究結果顯示最多人採用的三種方法分別是「將事情告訴一個能實際幫助我的人」（高中 34.4%；大專 59.2%）、「找朋友說出我的感受」（高中 46.8%；大專 48.9%）及「讓時間沖淡」（高中 46.8%；大專 46.0%）。表示青少年較多採用尋求協助（seeking support）思想或精神上抽離（mental disengagement）的方式來處理感情煩惱。

高中學生傾向採用精神上抽離多於尋求協助，反映他們的求助意識較低，或是缺乏有效渠道尋求協助。一些較為負面的行為如自毀（考慮以死解決）、傷害自己（割手）、自我放棄（放縱自己或放棄學業）、情緒失控（經常哭泣；遠離人群，不想跟別人在一起）等，研究發現只有大約一成的青少年會採用，當中明顯以女性較多。至於破壞性或傷害別人等激烈行為，例如「向當事人報復／表達憤怒」、「打架／破壞物件發洩」等，更少於一成。

4. 拍拖中的感情關係

是次研究嘗試探索現時青少年拍拖的基本感情要素，並參考了外地研究感情關係（love relationship）的文獻及其分析理念，期望勾劃本地青少年感情世界的面貌。以往的文獻指出，理想及穩定的感情關係是平衡【情感】、【相處】及【承擔】三方面所組成（3 dimensions of love；Sternberg, 1986）。根據這三個基本概念，再細分成 12 項感情指數（relationship index）的評分，用以反映感情關係（Hendrick & Hendrick, 1986 & 1989；Levesque, 1993）。

感情關係的基本概念及指數：		
A. 【情感】 Passion	1. 「戀愛喜悅」(exhilaration)	4. 「感情佔有慾」(possession)
	2. 「相聚喜悅」(togetherness)	5. 「強烈、獨特的情感」(specialness)
	3. 「溫馨浪漫感覺」(romance)	
B. 【相處】 Intimacy	6. 「能夠傾訴」(communication)	9. 「戀愛中成長」(growth)
	7. 「欣賞及重視」(appreciation)	10. 「安慰支持」(emotional support)
	8. 「互相接納」(acceptance)	11. 「相處感到痛苦」(pain)
C. 【承擔】 Commitment	12. 「感情的承擔」 (commitment)	

從是次研究結果引證，除「感情佔有慾」一項外，以上 11 項感情指數都證實與本地青少年的「戀愛滿足感」非常相關 (Pearson r, $p < .001$)，表示這些感情關係指數會直接或間接影響青少年從戀愛中得到的滿足感。

在 12 項感情指數中，無論是高中或專學生，拍拖關係表現最好的 3 項都是「互相接納」、「相聚喜悅」及「安慰支持」；而差的 2 項同樣是「相處感到痛苦」、「戀愛中成長」。顯示在本地青少年的拍拖關係中，較能夠互相支持和接納，但較少從戀愛中得到成長或感到痛苦。

感情指數得分比較			
高中學生		大專或大學生	
最高分	得分	最高分	得分
1. 互相接納 (相處)	13.92	1. 相聚喜悅 (情感)	14.71
2. 相聚喜悅 (情感)	13.79	2. 互相接納 (相處)	14.49
3. 安慰支持 (相處)	13.60	3. 安慰支持 (相處)	14.27
4. 溫馨浪漫感覺 (情感)	13.16	4. 能夠傾訴 (相處)	13.94
最低分	得分	最低分	得分
10. 戀愛中成長 (相處)	11.98	10. 戀愛中成長 (相處)	13.16
11. 相處感到痛苦 (相處)	11.43	11. 相處感到痛苦 (相處)	12.15
(N=542)		(N=265)	

註：為避免受是次研究男女受訪者不平均的影響，有關計算已作加權 (weight) 處理。

另外，比較兩個組別學生在拍拖中的表現，研究反映大專學生在全部 11 項得分中都明顯高於高中學生 (T-test, $p < .01$)，顯示大專學生拍拖的感情關係及質素都較高中學生好，但同時會在拍拖相處中感受到多一點痛苦或不開心。

若根據以上的得分，比較他們的感情關係能否達到平均【情感】、【相處】及【承諾】三方面，本地青少年的表現在【情感】和【相處】等方面的得分相當接近，但【承擔】方面的表現則較為遜色。高中學生最高分的 4 項感情指數分別有 2 項都是關於【相處】或【情感】；大專學生則有 3 項是關於【相處】，反映他們的感情關係有較好的相處基礎。

5. 戀愛滿足感的最主要來源

研究同時以複迴歸方程 (multiple regression)，嘗試確定本地青少年拍拖滿足感的主要來源，包括各項正面及負面因素。結果發現，絕大部分正面因素都是則重【情感】感受方面，較少關乎【相處】的質素；而大部分的負面因素都是因為不當處理感情衝突，例如「當爭拗時迴避問題或拒絕回應」及「當衝突時過於忍讓」。

構成戀愛滿足感 (love satisfaction) 的最主要因素 (按重要程度) 如下：			
高中學生	Std. Beta	大專學生	Std. Beta
1. 相聚喜悅 ^a (正面因素)	.293	1. 戀愛喜悅 (正面因素)	.313
2. 相處感到痛苦 ^b (負面因素)	-.283	2. 相處感到痛苦 (負面因素)	-.260
3. 當爭拗時迴避問題或拒絕回應 (負面因素)	-.194	3. 感情的承擔 ^f (正面因素)	.211
4. 強烈、獨特的情感 ^c (正面因素)	.186	4. 相聚喜悅 (正面因素)	.190
5. 戀愛喜悅 ^d (正面因素)	.169	5. 當衝突時過於忍讓 (負面因素)	-.158
6. 戀愛中成長 ^e (正面因素)	.121		
(N=542)	R Square = .592	(N=265)	R Square = .606
影響變項 (dependent variable): 「戀愛滿足感」 (love satisfaction)			

註：a) 相聚喜悅，例如「她/他喜歡跟我一起時那種感覺」

b) 相處感到痛苦，例如「她/他真的可以傷害我的感受」

c) 強烈、獨特的情感，例如「我覺得她/他是上天預備給我的」

d) 戀愛喜悅，例如「她/他讓我感到整個人活起來」

e) 戀愛中成長，例如「她/他令我變得更加堅強」

f) 感情的承擔，例如「她/他願意為我改變自己」

高中學生的戀愛滿足感來源中較多都是來自對【情感】方面的得分。換句話說，他們對現有的感情關係是否滿意，絕大部分取決於他們拍拖中的一些感覺或感受，較少因為良好的相處基礎。這方面的情況，女性受訪者更形嚴重，研究顯示她們更偏重【情感】因素，喜愛追求「強烈、獨特的情感」。相對而言，大專及大學生的戀愛滿足感較能夠基於對感情的承擔。

以上結果顯示現時青少年對感情是否滿意，偏重於戀愛的感覺及情感上的素求（例如戀愛中的喜悅、每次相聚時候的歡愉、對伴侶強烈的情感及愛慕），忽略了彼此瞭解、溝通等認真相處的要素（例如相處上可否互相傾訴、得到安慰及情感上的支持、互相欣賞、重視及接納等）。這與他們所表達對戀愛的期望背道而馳。研究顯示他們極其渴望找到「一個瞭解自己的人」（高中 80.3%；大專 78.9%），但當實際拍拖的時候，卻又忽視良好相處關係的重要性。這反映本地青少年不曉得怎樣去維繫一段感情關係。這一點更明顯反映在他們處理感情矛盾及衝突的問題上。

6. 感情衝突處理與長期爭拗

當遇到感情衝突，約有一半青少年是會多嘗試「積極面對」感情衝突，包括坐下來討論大家的分歧，尋找雙方都可以接納的方案等；但仍有三成（32.2%）高中學生及兩成多（28.2%）大專學生是主要採用「迴避／拒絕回應」、「過於忍讓」或「正面衝突」等消極甚或衝突性的方法處理問題。

研究同時發現，「正面衝突」及「迴避／拒絕回應」是導致本地青少年拍拖出現「長期爭執」（ineffective arguing）的主要原因。若感情上出現無休止的爭拗，除了直影響感情關係外，亦容易誘發激烈行為。研究顯示採用「正面衝突」及「迴避／拒絕回應」來處理感情衝突的青少年，當遇上感情煩惱時，他們明顯較多作出一些負面行為例如割手、考慮以死解決、向當事人報復或暴力發洩

行為等。

導致「長期爭拗」(ineffective arguing)的最主要因素(按重要程度)如下:			
高中學生	Std. Beta	大學專生	Std. Beta
1. 正面衝突	.397	1. 迴避 / 拒絕回應	.390
2. 迴避 / 拒絕回應	.234	2. 正面衝突	.178
3. 過於忍讓	.194	3. 相處感到痛苦	.178
4. 相處感到痛苦	.140	4. 過於忍讓	.168
		5. (缺少)能夠傾訴	-.162
		6. (缺少)溫馨浪漫感覺	-.129
(N=496)	R Square =.477	(N=248)	R Square =.594
影響變項 (dependent variable):「長期爭拗」(ineffective arguing)			

7. 不同戀愛模式的表現

以往外地研究曾經以戀愛風格 (loving style) 的概念來歸納在戀愛中不同的心態及行為,藉以區分出不同的戀愛模式 (Lee, 1977; Hendrick & Hendrick, 1986)。但由於西方戀愛風格的分類與本地情況可能有所差別,所以是次研究收集了本地高中學生「戀愛風格」的作答資料,再採用「群集分析」(cluster analysis)的方法來分類,嘗試勾劃本地中學生戀愛模式的初型,並進行比較分析。

群集分析 (cluster analysis) 結果				
西方戀愛風格分類 平均得分 (Hendrick & Hendrick, 1986) (由 1-4 分)	群集 1	群集 2	群集 3	群集 4
Eros 身體感受	2.59	2.65	1.66	1.34
Storge 由友誼發展 感情	3.10	2.86	3.25	1.68
Pragma 實際考慮	2.95	1.84	3.08	1.66
Agape 願意犧牲	3.70	2.68	3.13	1.93
Ludus 玩樂/戲弄	2.31	2.53	1.29	1.22
Mania 緊張/神經質	3.60	2.25	1.82	1.47

各群集在戀愛態度 上的主要作答	群集 1	群集 2	群集 3	群集 4
拍拖是怎樣一回事?	甜蜜美滿	短暫而快樂	煩惱	煩惱
拍拖的重要程度	令生活更燦爛	可有可無	可有可無	可有可無
戀愛中希望得到	被愛的感覺 / 激烈、不計代 價的感情	短暫、快樂的 經驗	瞭解自己的人 / 長久穩定的 關係	打發時間
平均拍拖次數	2-3 次	3 次或以上	1-2 次	1-2 次

根據群集分析的結果,再觀察各群集的戀愛態度,研究區分出四類型本地青少年戀愛模式的初形,基本特質如下:1)浪漫激情型 - 戀愛中願意犧牲自己成全伴侶,感情較激烈;2)享樂型 - 追求快樂的經驗,拍拖次數較多;3)理性發展型 - 拍拖的渴求較低,多由友誼慢慢轉變成感情;4)被動型 - 戀愛中較被動,不太熱衷於感情生活。結果發現最多是「理性發展型」(35.8%),其次是「被動型」

(23.1%) 及「享樂型」(22.4%)，最少是「浪漫激情型」(18.7%)

本地青少年戀愛模式的特質

戀愛模式	浪漫激情型	享樂型	理性發展型	被動型
戀愛特徵	願意犧牲自己成全伴侶；感情激烈	追求快樂的經驗，拍拖次數較多	多由友誼慢慢轉化而成戀愛，拍拖渴求低，	戀愛中較被動，不太熱衷感情生活
比率	18.7%	22.4%	35.8%	23.1%

根據以上的戀愛模式進行比較分析，研究發現「浪漫激情型」及「理性發展型」的青少年，在「戀愛滿足感」及 11 項「感情指數」的表現都明顯高於其他兩類 (T-test, $p < .05$)，表示這兩類青少年拍拖的時候，感情關係相對較好。

另外，「浪漫激情型」較偏重戀愛中的感受及承擔，他們在「相聚喜悅」、「溫馨浪漫感覺」及「感情承擔」等指數的得分都明顯較高；而「理性發展型」較重視相處上的質素，在有關感情相處的得分較佳，包括能否互相傾訴、安慰支持、接納、互相欣賞及重視等。「享樂型」及「被動型」在各項感情指數的表現都較為遜色；當中以「被動型」的表現較差，在 11 項感情及相處要素的得分都是最低。比較四類戀愛模式的結果，顯示只有其中一類型（即三成多的青少年）在戀愛關係中能夠重視雙方的相處及彼此建立。

8. 總結 - 進行戀愛教育？！

總結整項研究所得的資料，我們對現時青少年的感情生活有了一些初步的認識。青少年在初中階段已經開始探索自己感情的需要，約有兩成的青少年在這個階段已嘗試拍拖。但這些戀愛關係一般較為短暫、不穩定，而感情的建立亦不深。青少年在青春期渴望得到瞭解自己的同伴，會以拍拖來滿足這些感情需要，這是很容易理解。然而，是次研究結果反映青少年在拍拖時，感情關係則重感性方面的戀愛感受，忽略相處及正確培養感情的重要性；青少年對戀愛的認知及滿足感，很大程度上只建基於對戀愛感覺及一些情感的反應。

這一類感情關係的最大毛病是感情基礎薄弱，缺乏有效相處的渠道，以致感情不穩固，容易產生磨擦和衝突。研究結果也顯示青少年最常遇到的感情煩惱正是關於感情相處和維繫感情。但當感情出現問題時，他們亦缺乏正確處理的技巧，反而採用迴避及拒絕回應等的手法。部分人更因而以愚蠢的行為（例如殘害自己身體、企圖自毀等方法）以求別人或當事人注意，或表達不滿。這些例子近年來屢見不鮮，當中除了反映部分青少年的情緒自控能力不足外，他們缺乏處理人際衝突的正確觀念才是問題所在。

現時社會中過份吹噓戀愛感性浪漫一面，令青少年容易對愛情產生偏見，過份將愛情看成純感性的經驗。這是外在的誘因。青少年對戀愛缺乏正確認識及教育，在發展感情時亂衝亂撞才是內在原因，所以應該正視戀愛教育的問題。過往本地在面對青少年戀愛的課題上較為迴避，較少公開討論青少年這方面的實際需要。我們認為在教育過程中應加強人際技巧的訓練，讓青少年對戀愛有更全面的認識，掌握正面的感情相處關係及處理人際衝突的方法。

參考文獻：

香港青年協會 (1995) :《青少年意見調查系列二十四：青少年對拍拖的觀感》，
香港：香港青年協會。

Folkman, S. L., Gruen, R.S. & Dekibgusm, A. (1986). Appraisal, Coping, Health Status and Psychological Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50(?). 571-579.

Hendrick, C. & Hendrick, S.(1989). Research on Love: Does It Measure Up?. *Journal of Personality and Social Psychology*. 56(5). 784-794.

Hendrick, C. & Hendrick, S.(1986). A Theory and Method of Love. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50(2). 392-402.

Kurdek, L. A.(1994). Conflict Resolution Styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples. *Journal of Marriage and the Family*. 56. 705-722.

Lee, J. A. (1977). A Typology of Styles of Loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 3. 173-182.

Levesque, R. J. R.(1993). The Romantic Experience of Adolescents in Satisfying Love Relationship. *Journal of Youth and Adolescence*. 22(3). 219-251.

Shulman S. (2000). Adolescent Romantic Behaviors and Perceptions: Age- and Gender-Related Differences, and Links With Family and Peer Relationships. *Journal of Research on Adolescence*. 10(1). 99-118.

Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*. 93(2). 119-135.