

單身行不行？ 大學生單身處境的性別觀點分析*

楊幸真

張滿玲**

高雄醫學大學性別研究所

高雄醫學大學心理系

基於發展階段的任務與社會文化期待，大學生面對高唱「脫單」、「脫魯」的氛圍，往往面臨是否進入戀愛關係的壓力。本研究從性別觀點探討單身大學生面對單身的認知、態度、情緒及其性別差異，以及人際互動與社會文化因素如何影響個人心理的性別差異。本研究採主位觀點自編問卷，進行網路調查，參與者為1,157位單身大學生。單身過去被視為失敗的象徵，本研究顯示，現今大學生對於單身的想法已較為多元，因素分析及多元迴歸的結果顯示，除了單身焦慮情緒及歸咎於己外，還出現享受單身的因素，且存在性別差異。平行中介分析結果顯示，單身男大生的單身焦慮高於單身女大生，也較容易將單身歸咎於己，這些性別差異被「受同儕影響而感到形單影隻」的人際互動因素完全中介。單身女大生較單身男大生更能享受單身，此性別差異被人際互動和社會文化因素部分中介，部分是因為單身女大生較不會受同儕影響感到形單影隻，部分是因為較未感受到社會文化的單身烙印。本研究顯示，在人際網絡與社會文化構築的壓力網下，單身女大生較能從傳統性別規範中解放出來。最後，本研究針對正向單身論述、男性情感教育、父母及同儕的影響提出建議；並討論未來採取量化和質性研究的方向，期能促進單身者的心理健康。

關鍵詞：大學生、性別規範、單身、單身焦慮、關係。

*致謝詞：本研究是國科會專題研究計畫「『脫魯』與第一次約會：大學生性別與情感教育課程的教與學」（MOST 109-2410-H-037 -011-SS2）之研究成果，感謝國科會提供經費補助及研究助理符雅筑的協助。同時，也感謝匿名審查委員的用心指點及諸多寶貴意見，助益本文品質的提升。

**通訊作者：張滿玲，email: maanling@kmu.edu.tw。

DOI: 10.53106/172851862024090071004

壹、緒論

「單身焦慮，……我曾經去諮商過，因為這個去諮商，好像有點小題大作。

在諮商過程中我常常支支吾吾開不了口。」（女，Dcard心情板，2019）

「20歲都沒交過女朋友正常嗎？請問各位20歲都沒交到過女友正不正常，…

…不知道為啥最近一直很想脫魯，很怕大學4年過後就沒時間交女友了，…

…重度求偶焦慮。」（男，Dcard感情板，2020）

談戀愛一直被認為是大學必修學分，是社會與大眾應允年輕學生在大學期間能做且該做的事。社會主流價值仍然強調浪漫愛的兩人世界（趙淑珠，2003；Sharp & Keyton, 2016），認為年輕人進入伴侶關係、脫離單身才是常態，因而促使或迫使個人進入某種愛戀關係之中。

從上面的引文可以看到這樣的主流價值影響著大學生對單身的認知、態度與情緒。他們一方面困惑於單身是否為異類、不正常；一方面認為單身是失敗的「魯蛇」，並以「脫魯」來形容脫離單身、成功展開戀情。這些年來由於性別平等相關政策施行及社會變遷，民眾追求性別平等價值的共識持續提升，同時顯見在民眾性別角色態度改變或平等觀念的相關調查上（行政院，2021；吳齊殷，2023；呂玉瑕，2011）。即便如此，民眾對傳統婚姻與家庭體制仍普遍認同（王維邦、陳美華，2017），大學校園仍流傳一種說法：「大一女生嬌、大二俏、大三拉警報、大四沒人要」，或大一到大四女生是「金銀銅鐵」、男生反之是「鐵銅銀金」。這類話語不僅反映出社會文化對於單身女性的貶抑、摻雜著性別偏見與歧視，以及對於男女在親密關係發展的不同期待與意義。

這種貶抑單身的態度與價值觀，反映出單身大學生所置身的社會處境與主體位階。研究發現，未能進入愛戀關係的單身者往往受到歧視而自我懷疑，貶抑自己，產生焦慮或恐懼的情緒（Adamczyk, 2018; Simpson, 2016; Sprecher & Felmlee, 2021）。由此可見，單身，不僅有其社會文化意義，亦是人際間的關係議題，更是涉及個人內心情緒與心理健康。

是以，面對支持年輕人形成親密聯繫的社會期望（Arnett, 2000, 2014; Byrne & Carr, 2005），及身處高唱脫單的大學文化與校園生活，單身大學生的情感困境值得關注。然而，楊幸真與游美惠（2014）回顧國內2004至2013年親密關係與情感教育研究，歸納出三大類型，其中一類是有關交往經驗或態度的研究，卻仍缺乏單身研究。即使大學生親密關係研究頗多探討分手的主題（如：王詩茜、簡美華，2015；王慶

福、王郁茗，2007；羅子琦、賴念華，2010），但對於分手後的單身狀態，或是為避免單身而不分手，仍少有探討。此外，董智慧與趙淑珠（1998）也指出，臺灣有關單身的研究並不多見，且多選擇單身女性為研究對象，並未考慮到性別差異。本研究以單身為關鍵字搜尋國內期刊資料庫發現，董智慧與趙淑珠指出的現象至今並未改變，且仍然相當缺乏單身男性的聲音。

簡言之，臺灣的研究現況呼應了Pepping等人（2018）所言，單身者的單身經歷在過往研究中相對被忽視。因此，本研究目的是想瞭解單身大學生對其單身處境的認知、情緒與態度以及導致的因素。本研究尤其關切大學生在這方面是否有性別差異，特別是隨著性別平等教育施行及性別意識提升，「大三女生拉警報、大四沒人要」等帶有性別偏見的說法，是否仍反映現今大學生的真實情況？女大生對於單身的看法、態度與感受是否有所轉變？男大生和女大生何者較易受人際網絡或社會文化影響而感受到較大的單身壓力？本研究希冀透過探問大學生的單身處境，補白既有的研究缺口，增加對單身大學生關係處境的認識，對於教育與輔導工作帶來更好的質量提升。

基於此，本研究企圖從社會文化、人際互動與個人心理層次，來探討三大問題：（1）大學生面對單身的個人認知、態度與情緒（2）單身大學生的個人心理是否存在性別差異（3）單身男大生和女大生的個人心理如何受到人際互動與社會文化的影響，及此歷程是否存在性別差異。

一、社會文化與規範性論述的多重夾擊

（一）仍然擁抱戀愛與婚姻家庭意識形態

國內外許多研究指出，成年初期的單身年輕人數量一直在增加（張榮富等人，2019；董智慧、趙淑珠，1998；Pepping et al., 2018）。在臺灣，成年人的初婚年齡與從未結婚的未婚率亦逐年上升¹。即使社會改變及單身者越來越普遍，支持婚姻與家庭的意識形態仍然存在（張榮富等人，2019；Sharp & Ganong, 2011），其所構築的「應該戀愛與結婚」論述與社會價值依然穩固（Arnett, 2014; Byrne & Carr, 2005）。這種經由愛戀關係建立婚姻與家庭及生命階段發展，形成一種不容質疑的假定：大多數人都渴望與需要進入愛戀關係之中；且這種關係優先於其他關係，將其置於生活中的人則更顯價值（Budgeon, 2016; DePaulo & Morris, 2005）。

¹ 根據內政部2000至2021年統計資料（內政部，2021），男性平均初婚年齡從2000年的30.3歲提高至2021年32.3歲。女性初婚年齡則由26.1歲延後至30.4歲。至於未婚率，20年間，25至29歲男性未婚率由69.2%上升至87.2%、女性由47.5%上升至79.2%。

Byrne與Carr（2005）提出文化延滯（cultural lag）的概念來解釋此一現象。文化延滯通常是指當個人看見巨觀社會變化且將單身視為一種可欲求的選擇，但緩慢變化的文化仍然擁抱婚姻，視其為理想狀態。Byrne與Carr認為，文化延滯是西方各種鼓勵婚姻的社會具有的共同特徵。在這些社會中，「文化形象、公共政策和個人態度提升了異性婚姻高於單身生活的地位和價值」（頁87）。即使社會已有巨大改變，單身成為可見的選擇，可是文化的改變卻相對緩慢，仍將婚姻視為理想的關係狀態。單身者因此面臨兩大力量的夾擊與衝突。亦即，社會已快速變化，例如，未婚率上升、家庭與人口結構改變，單身人士的生活可以和已婚者一樣豐富充實，而文化價值觀的改變卻相對延滯，仍然支持婚姻和家庭意識形態。

Roseneil與Budgeon（2004）指出，在婚姻和家庭意識形態占主導地位的社會與文化中，異性戀夫妻關係優於其他親密關係，這限制了組織其他親密關係的可能性。Jacques與Radtke（2012）指出，失敗是單身經歷與敘述反覆出現的一個特徵，揭示了異性戀常規仍持續且深沉的存在，並使得最接近特定婚姻與家庭意識形態的生活模式享有特權。Sharp與Ganong（2007）表示，「失敗」的標誌特別困擾著女性的自我協商，讓她們對自己的身分感到矛盾和不確定。McKeown（2015）認為，正因為意識到伴侶或夫妻關係的好處，造就許多單身者渴望擺脫單身，並藉由投入約會或追求交往儀式讓自己參與伴侶關係。

（二）單身污名與歧視

社會學家Goffman（1963/2010）提出污名的概念，說明社會對於各類別成員有規範性期待，無法符合正常類別與標準屬性的人，會被污名化。污名化是一種關係性語言，具有強大的貶抑效應，造成社會身分之間多重形式的落差，像是身分信念、權力及權益的受損。在以伴侶及婚姻關係為中心的社會，單身通常被稱為有問題的身分類別（Ochnik & Slonim, 2020; Reynolds & Wetherell, 2003）或離經叛道、異常的狀態（Strong et al., 2005）。例如十九世紀的法國社會，將單身視為一種社會公害，單身人士集所有負面形象於一身。在當時，單身問題引發了社會焦慮，法國社會將人口下降與性道德等問題歸因於單身，進而形塑出個人與集體的身體規範，也建構出社會認為合宜的婚姻觀、家庭與性關係（陳樂元，2012）。

DePaulo（2006）認為，對單身人士的污名化——無論是未婚、離婚或喪偶，都是一種單身歧視。這種污名化體現在單身人士的日常生活，包括閒暇時光及日常用語。例如，稱呼單身女性為「丈夫獵人」或「老處女」，這些貶抑稱謂都意味著單身

女性渴望找到愛情，但最終沒有成功（Douglas, 2010; Pozner, 2010）。McKeown 與 Parry（2019）研究發現，有些單身女性在休閒場所會因單身身分而受到邊緣化與污名。McKeown（2015，頁9）認為，這就是為什麼單身污名經常被忽視、單身歧視持續存在的原因之一，因為「它經常表現在日常生活的細節中」。

除了性別，年齡也會影響單身者的經驗、社會地位與心理健康（McKeown, 2015）。年齡對於單身者的影響來自生育主義。McKeown（2015）認為，雖然生育主義意識形態同時影響男性和女性，但它對女性的影響更大。

這也顯示出，各種意識形態交織形成複合規範性論述的強制力量，像是性別意識形態、伴侶／夫妻關係意識形態、婚姻與家庭意識形態（包含生育主義），進而貶抑其他不以家庭為中心的結構，如單身（McKeown, 2015）。這些迫使單身者進入關係的複合意識形態，透過媒體、家人或朋友，從各種角度或角落不斷傳遞需要脫離單身、進入關係、婚姻與家庭生活的訊息（McKeown, 2015; Strong et al., 2005）。

二、人際互動與性別關係中的協商實作

（一）性別角色與親密關係的轉變

性別是一種社會關係及社會結構（Connell, 2002）。性別也是「關於其他人會以特定方式判斷和回應我們」的行為管理屬性（West & Zimmerman, 1987，頁140）。個體在成為某種性別的過程中，經由社會所賦予的性別角色學習，並在每日不斷地與各種文化、環境互動下調整而成。「做性別」（doing gender），即是基於當前的文化與社會建構，經由日復一日的實作，表現出符合女性或男性的合宜作為時所完成的實現（West & Zimmerman, 1987）。

Eagly 等人（2020）整合1964至2018年橫跨70年16項具全國代表性、共包含30,093位成人的民意調查結果，發現性別關係，尤其是女性的角色已經大大改變。許多學者指出（Byrne & Carr, 2005; Eagly et al., 2020），自20世紀中葉以來，女性教育程度和勞動力參與率的提升，使得女性為了經濟需求而尋找配偶者大幅下降，並帶來性別關係的巨大改變。生殖科技的發展及同性婚姻等，都使得傳統婚姻的功能逐漸改變，家庭中依性別而分的社會角色日益模糊與多樣化，包括男性和女性不再需要仰賴伴侶來履行傳統上由異性成員扮演的工具性婚姻角色。

Ochnik 與 Slonim（2020）指出，婚姻是傳統成年期重要的發展任務，然而西方工業化社會強調自主性與實現生活目標的多元方式，婚姻不再是男性與女性認同的指標。Byrne 與 Carr（2005）認為，隨著越來越多的成年人推遲結婚、解除婚姻，或選

擇不一定結婚，人們開始審視和挑戰婚姻和家庭的意識形態，逐漸將單身身分的次等地位轉變為跟婚姻一樣是可欲求的，肯認單身身分的價值。

在臺灣，過去幾十年以來的性別平等政策與法規推行，如《性別平等教育法》、《性別平等工作法》及《消除對婦女一切形式歧視公約》，使得社會結構與制度產生很大的變革，包括在家庭、教育、工作與職場，連帶影響了對於不同性別角色的規範與性別設定。呂玉瑕（2011）根據臺灣社會變遷調查研究資料發現，1991至2001年民眾的性別角色態度逐漸由傳統的性別角色區隔朝向開放態度。2021年臺灣社會變遷調查，呈現2011、2016及2021年間民眾性別角色態度，亦延續這樣的發現，臺灣社會整體的性別角色態度已有明顯進展，態度越來越傾向男女平等（吳齊殷，2023）。同樣地，行政院2021年民眾性別平等觀念調查報告指出，民眾對傳統性別角色觀念逐漸改變，性別平等意識及職場平權觀念逐年成長與進步（行政院，2021）。

「民眾的性別角色態度是社會性別規範的重要指標」（呂玉瑕，2011，頁55）。而研究顯示（Ochnik & Slonim, 2020），在提供性別平等機會與自由文化的社會，單身人士對單身的關係狀態有較高的滿意度。由於性別規範對於單身地位與身分塑造具有關鍵影響（Budgeon, 2016; Koropecjy-Cox, 2005; Ochnik & Slonim, 2020），因此，值得關注的是，新的性別規範如何影響單身男女所受的問責與認同。

（二）人際網絡對單身者的影響

承上所述，性別是一種涉及社會常規與對應關係的實作，是在社會生活與互動中建構而成（Connell, 2002; West & Zimmerman, 1987）。社會變遷的過程可能出現「文化延滯」的現象，也可能出現性別角色態度的雙元特質，即民眾可能仍然接受某些傳統的性別意識形態，但卻也同時支持女性的社會參與和就業，及男性分擔家務（呂玉瑕，2011）。

美國社會學家Simon與Gagnon（1973）提出性腳本理論，說明人們的親密關係與性實踐是由社會環境與個體內化相整合的複合腳本所構建。他們將性腳本從巨觀到微觀分為三個面向，其中的人際互動腳本係指兩個或更多的個體在親密關係互動時對於一般行為與後續行動及其結果的共享期待，並對不一致的腳本進行調和。這個調和將個人態度與社會規範連結起來，進而與社會文化連結，因此人際互動腳本和社會接受度有關。

Sprecher與Felmiee（2021）的研究顯示，年輕人的單身恐懼，既來自社會文化對單身的污名與規範，更來自他們的社交網絡，像是父母、兄弟姊妹和朋友向單身者施

加壓力，期許他們建立關係。Neugarten（1979）認為，人們進行社會比較時，心裡都有一條時間線指引他們的行為。單身大學生看到同儕開始約會、進入愛戀關係，年紀和背景相似的同儕成為他們社會比較的對象，意識到大學應該必修的戀愛學分。同儕的參照標準不但提醒單身大學生有這個規範存在，且經由訊息性影響，規範還會被內化（Bagozzi & Lee, 2002）。Nolan等人（2008）強調，規範性影響會讓人擔心受排擠，通常只是表面從眾，私下態度並未改變，而訊息性影響則會讓一個人的態度真正改變。

Sprecher與Felmiee（2021）綜合許多研究後發現，出於各種原因，女性比男性更容易受到人際網絡的壓力而發展浪漫關係、進入同居或婚姻關係之中；但來自朋友對建立伴侶關係的壓力與單身恐懼之間的關聯，男性則比女性強。儘管已有一些研究成果，Sprecher與Felmiee指出從社交網絡探討單身恐懼與浪漫關係的研究，仍有兩大不足之處。一是，這類研究通常受到小樣本的限制，二是樣本中通常沒有男性。因此，社交網絡對單身成年人施予進入戀愛的壓力是否有性別差異，文獻仍是空白。

三、個人心理層面

建立親密關係，是進入成年期的主要任務之一（Erikson, 1980），但仍有許多年輕人單身且未涉入一段長期親密關係中（LeFebvre & Carmack, 2020）。是以，剛畢業的大學生面臨許多壓力，他們被假設應該開始獨立生活、努力建立事業和發展職涯，且被期待進入夫妻與婚姻生活（Cobb, 2012; Klinenberg, 2013）。

研究顯示，一個人未依社會安排的時程在人生不同階段準時完成各種社會角色，無論是落後或超前，都會受到社會規範的制裁，會有社會和人際的困難及不愉快的情緒，心理也會感到痛苦（Leroux & Boislard, 2023; Neugarten, 1979）。相反地，人生進度符合社會期待、在適當的年紀「準時」完成終身大事的人，會覺得自己比較幸福（Pekel-Uludağ & Akta, 2019）。

此外，單身人士的情緒常被認為是孤獨和悲傷（Cobb, 2012）、不成熟、不滿足、無法承諾、過於挑剔等（Budgeon, 2008; Byrne & Carr, 2005）。積極擺脫單身、努力進入夫妻關係的單身人士受到的恥辱則較少（DePaulo, 2006）。Cobb（2012）指出，單身污名來自伴侶身分所代表的社會特權，這種特權植根於前述的婚姻與家庭意識形態。這種意識形態強調夫妻生活必要性的社會價值，將一個人的社會和文化價值與她或他的關係狀態聯繫起來。伴侶關係意識形態預設每個人都應該想成為而且努力成為一對伴侶。夫妻關係反映這樣的規範信念，成為伴侶或夫妻即代表幸福和滿足，

從而被確立為個人最重要的關係類型（DePaulo & Morris, 2005），尤其是當一個人要擁有家庭和孩子，先決條件是必須先成為夫妻（McKeown, 2015）。

由於社會主流價值觀對於單身的負面看法、性別刻板印象，甚或偏見、歧視，不僅影響對單身者的看法，也連帶造成單身者對自己的疑慮、貶抑，產生焦慮，甚或內化恐懼、歧視，因此國外有不少研究在探討年輕人的單身恐懼（Adamczyk, 2018; Spielmann & Cantarella, 2020; Spielmann et al., 2013; Sprecher & Felmiee, 2021）。社會文化認為年輕人必須脫離單身、進入伴侶關係，這種社會期望與性別規範，對年輕人造成一定程度的壓力，促使或迫使個人到達一定年紀時，必須接受某個特定角色、進入或維持某種愛戀關係之中；即使是不令人滿意，甚至是有問題、有害的情感關係（Sprecher & Felmiee, 2021）。

在社會文化的主流價值和父母同儕等人際網絡的雙重夾擊下，單身的女性和男性各自承受不同的壓力。DePaulo（2006）指出，單身女性和大學畢業後的女性比同齡的單身男性更容易受到污名化；Pozner（2010）研究則發現成年男性通常比女性面臨較少的單身評判或污名，甚至被描述為黃金單身漢。同樣地，臺灣大學生也流傳單身男生隨著年級升高變成「鐵銅銀金」的說法。這些說法不僅意含男性社會地位的提升，在某些情況下，甚至對於單身男性形象具有積極的象徵。然而，「黃金」一詞卻也透露出社會對單身男性的財富期待，以及必須藉由經濟能力來鞏固或提升社會地位。

簡言之，社會文化對單身大學生個人心理影響是否存在性別差異，本研究認為，單身男女雖都承受社會對於單身的壓力，但女大生或因社會變遷及性別教育施行，較能擺脫傳統性別角色的包袱，降低來自社會對單身負面看法的影響。在人際網絡方面，基於性別關係轉變及人際網絡增加社會支持的可得性（availability），本研究預期，單身女大生對單身的想法及感受比男大生更能掙脫社會的傳統框架，以及女大生比男大生較能從人際網絡得到社會支持，因而較能緩衝她們面對社會所施予單身污名的壓力。

貳、研究方法

本研究採取網路問卷調查，參採主位（emic）與客位（etic）兩種研究途徑的精神設計與編製問卷。網路社群平台是當代大學生表達想法的主要管道，從中可看見社會文化及個人性別實作的身影。因此，本研究先採主位觀點，從大學生在社群網站 Dcard 自發書寫的文章採取他們對單身的看法及情緒，讓研究對象的觀點自然浮現。然後對學生書寫的文章進行文本分析，選出相關的句子。接著採客位觀點，由研究者根據選出的句子編製問卷，進行網路問卷調查。藉此，一來讓研究結果能貼近當前大學生的想法，而非研究者站在外部強加自己的觀點於研究對象身上；二來大規模調查讓研究結果更具類推性。

一、研究參與者

本研究採立意抽樣，邀請符合研究條件之全臺灣大學生參與研究。條件有二：（1）目前為大學生，包含延修、延畢及休學生（2）目前為單身狀態。大學生雖符合法定適婚年齡，但並非完全如內政部所界定之「未婚、離婚、喪偶」；再者，基於社會變遷下親密關係的轉變與現今大學生文化的考量，如有些大學生認為有性無愛的關係也是「脫單」，並經專家諮詢討論後，本研究將單身界定為「目前並未在任何戀愛關係中，且未與他人彼此認定為伴侶」，並以此作為招募條件。

參與本研究的單身大學生計有1,157位，女大生占多數，共857人，占74.07%；大一生居多，共381人，占32.93%。參與者基本資料，參見表1。

表1

參與者基本資料 ($N = 1,157$)

	變項	<i>n</i>	%
性別	男性	300	25.93
	女性	857	74.07
性傾向	異性戀	803	69.40
	同性戀、雙性戀、其他	354	30.60
年級	大一	381	32.93
	大二	248	21.43
	大三	284	24.55
	大四-大六	244	21.09
感情狀態	有喜歡或曖昧中的對象	387	33.40
	沒有喜歡或曖昧中的對象	770	66.60
交往經驗	未有經驗，亦從未有喜歡或曖昧對象	153	13.2
	未有經驗，但曾有喜歡或曖昧對象	511	44.2
	有經驗，及有一任交往對象	264	22.8
	有經驗，及有兩任（含）以上交往對象	228	19.7
大學區域	北部	347	29.99
	中部	177	15.30
	南部	519	44.86
	東部與外島	114	9.85

二、研究工具

本研究以自編問卷為研究工具，問卷編製過程及內容說明如下。

2011年成立的Dcard是時下大學生交流意見、分享心情及詢問建議的主要媒介。他們在Dcard發表對於單身或脫離單身的看法，某種程度映現了大學生自我與社會文化對於單身的特定論述、價值觀與規範，以及個體如何在這之中與自我及他人，甚至社會協商，留下「做性別」的痕跡。

因此，問卷題目來源是參考大學生在Dcard上自發書寫的文章。首先，本研究透過關鍵字（例如：單身、脫單、脫魯）搜尋有關單身的文章，然後以「庫博中文獨立語料庫分析工具」（闕河嘉、陳光華，2016）進行文本分析，使用關鍵詞脈絡索引、詞頻、搭配詞等功能篩選，並根據單身詞彙在前後文的意義，選出與本研究有關的句

子，再進行分類。

接著進行題項編製，依據文本分析初步概念化類目，分別編寫各層次題項。個人心理層次的概念包括：單身歸因（含外貌、個性／特質、社交／交友技巧、生活習慣、性傾向與性別認同）、單身焦慮與脫單渴望、性愛價值觀（含喜歡單身、單身態度）。人際互動層次的概念包括：節日氛圍、與同儕互動、與父母互動、社交活動或網路社群。社會文化層次的概念包括：身材外貌、交往必備條件或能力、借助神秘力量（含星座、算命、塔羅占卜、拜月老）、單身偏見或污名、相信緣分、脫單技巧或方式。然後進行專家效度檢核，包括邀請性別教育、性別與媒體、親密關係、諮商心理、統計與測驗等領域專家，就題項層次及內容的適切性、文字用語與線上問卷考量等提供修正意見，以及刪除不合適的題項。在多次的專家諮詢會議後，確定了問卷整體架構與題項，包括第一部分基本人口資料9題，第二部分包括個人心理、人際互動及社會文化三層次題項，共99題。接著，再邀請大學生分別進行兩次試做，就題項的用詞和順序、問卷版面及作答時間等詢問意見後，第二部分的個人心理、人際互動及社會文化三個層次，修正為各30題，共90題。

然而，即使題項都源自大學生書寫的網路單身文章，但各自書寫的主題多元，內容分散。以個人心理層次編製的30題來說，題項間的相關強度介於.001和.728之間；人際互動層次的30題介於.0003與.68；社會文化層次的30題介於.001和.697。題項和題項之間的相關強度有很大的變異，相關強度低表示有的題項和其他題項因為在概念或意義上無太大關係而自成一題，因此將這些題項刪除，並根據本研究欲探討的問題，保留和單身有關的情緒、態度與認知題項。最後，個人心理層次保留17題，人際互動層次保留12題，社會文化層次保留13題，並以Likert五點量表（1非常不同意至5非常同意）加上「不適用」選項進行施測。

在進行探索性因素分析前，先根據KMO（Kaiser-Meyer-Olkin）抽樣適切性量數及Bartlett的球形檢定，確定適合進行因素分析。因素抽取採取主軸因素法；採Promax轉軸法進行斜交轉軸；刪掉負荷量小於.45及交叉負荷量（次因素的負荷量÷主因素的負荷量大於75%）的題項；根據特徵值大於1及陡坡圖決定因素數目。

最後，個人心理層次的題項，萃取出三個因素，根據各因素內的題項分別命名為：單身焦慮、享受單身及歸咎於己。人際互動層次的題項，萃取出三個因素，命名為：與父母分享及其影響、因同儕影響感到形單影隻，及與同儕分享。社會文化層次的題項，萃取出三個因素，命名為：天命有數、單身烙印及外貌社交條件不佳。

本研究採取「校正後的題項—總分相關」與「極端組比較」兩種方法進行項目分析。前者是指每一題項與量表內其他題項總分之相關；個人、人際、社會層次各有三個因素，各因素內的題項與刪除該題項後的總分相關皆高於.30。後者是以各因素總分前27%的人為高分組，後27%為低分組，比較兩組在該因素內各題項的平均數是否達顯著差異，來檢驗各題項的鑑別度。獨立樣本t檢定的結果顯示各因素高低分組在各題項上的平均數皆達顯著差異， $p < .0001$ ，而且所有題項的決斷值（即t值），介於51.87與21.05之間，皆大於3。「校正後的題項—總分相關」與「極端組比較」的結果顯示各題項皆具有良好的適切性。

問卷題項的信度以Cronbach's α 為內部一致性的指標，九個分項的Cronbach's α 有七個皆高於.70，顯示內部一致性良好；另二個分別為.62及.63，大致可以接受。個人心理、人際互動及社會文化三層次各題項轉軸後的因素負荷量及內部一致性，詳見表2。

表2

個人心理、人際互動、社會文化三層次各題項因素負荷量與各因素內部一致性信度

個人心理	因素一 單身焦慮 ($N = 1114$)	因素二 享受單身 ($N = 1136$)	因素三 歸咎於己 ($N = 1076$)
題項			
在特定節日（情人節、聖誕節、跨年）時，我會更渴望能脫離單身	.74	.03	-.06
進入大學後，我會很急切的想脫單	.71	-.01	.11
當年級越大卻仍然單身時，我會感到焦慮	.69	-.10	.05
看到某些情侶的文章／影片／照片，我會覺得有交往對象還是比較好	.65	-.08	.08
我會參加各種活動，來尋找談戀愛的機會跟對象	.55	.05	-.22
其實我想維持單身，因為單身狀態比跟人交往更輕鬆自在	.07	.88	.01
我喜歡單身，因為可以自由支配自己的時間	-.04	.84	.05
我喜歡單身，覺得愛情並不是必需品	-.15	.65	-.03

我之所以單身，是因為沒有自信	.05	.05	.68
我之所以單身，是因為外貌的緣故	.10	.13	.62
我的條件不錯，會單身是寧缺勿濫（反向題）	.25	.17	-.58
解釋變異量%	31.30	10.86	8.98
累積的解釋變異量%	31.30	42.16	51.14
Cronbach's α	.81	.84	.63
人際互動	因素一 與父母分享 及影響 ($N=1048$)	因素二 同儕影響感 到形單影隻 ($N=1138$)	因素三 與同儕分享 ($N=1107$)
題項			
我會與父母分享我與心儀對象的互動，並希望獲得他們的建議	.90	-.16	.04
我會向父母訴說我對單身的苦惱	.76	.05	.01
父母對單身狀態的評價，會讓我想要脫離單身	.46	.31	-.11
當同學朋友問起我有沒有交往對象，會讓我想要脫單	.03	.83	-.01
身邊的朋友都有對象，讓我更加想要脫單	-.06	.71	.03
我會與同學朋友分享與心儀對象的互動，並希望獲得他們的建議	-.01	-.10	.81
我會找同學朋友訴說脫單的苦惱	.02	.22	.62
解釋變異量%	34.20	14.56	9.79
累積的解釋變異量%	34.20	48.76	58.55
Cronbach's α	.76	.75	.70
社會文化	因素一 天命有數 ($N=1129$)	因素二 單身烙印 ($N=1129$)	因素三 外貌社交 條件不佳 ($N=1133$)
題項			
社會大眾會參考算命、拜月老、星座或塔羅占卜，給予的脫單建議	.86	-.03	.02
社會大眾會參考算命、星座或塔羅占卜，瞭解自己單身的原因	.80	.02	-.03

社會大眾通常會藉由星座、塔羅占卜、拜月老或算命等等，確認能否和喜歡對象交往	.76	.00	.00
社會大眾認為單身的人並不可憐（反向題）	-.06	-.73	.04
社會大眾認為單身也很好，不一定要有伴侶（反向題）	.04	-.72	.08
社會大眾認為單身的人是失敗者	-.02	.65	.09
社會大眾認為外在美是影響脫單的重要因素	.05	.03	.59
社會大眾認為外貌不夠出眾是單身的原因	-.00	.11	.56
社會大眾認為不擅長與人面對面互動的人，容易單身	-.06	.01	.54
社會大眾認為生活圈太小、太固定的人，容易單身	.00	-.14	.50
解釋變異量%	25.74	14.70	6.31
累積的解釋變異量%	25.74	40.43	46.75
Cronbach's α	.85	.73	.62

三、問卷實施程序

本研究以SurveyCake建置線上問卷，自2022年2月9日至4月30日，透過社群網站（Dcard與PTT）及研究團隊人際網絡等管道，公開發送內含線上問卷連結的招募文宣，邀請符合前述研究條件的學生填寫問卷。

問卷採無記名作答，題目無涉任何敏感議題。第一頁簡要說明本研究目的、問卷填寫時間、計畫名稱與計畫資訊。第二頁有兩個單選題，列明本研究條件，一是詢問是否為大學生身分，二是詢問是否為單身。兩題皆須答「是」，才會進入下一個頁面，否則系統會結束問卷填答。第三頁為「知情同意」說明頁，說明參與者權益。參與者須勾選「我已瞭解並同意上述內容」，方能正式進入問卷作答。

此外，為回饋參與者及促進研究公益性，問卷蒐集結束後，本研究將初步調查結果（內容為問卷十個題項的描述性統計）發布於社群網站，一來告知本研究已完成資料蒐集，二來，更重要的是，落實將研究成果回饋參與者與廣大的研究關懷對象。

參、研究結果

一、單身大學生個人心理、人際互動、社會文化三層次的因素

經過探索性因素分析，抽取出個人心理、人際互動、社會文化三個層次的因素。個人心理層次表示個人對單身的認知、情緒與態度。人際互動層次表示單身大學生與他人的互動及如何受他人影響；社會文化層次表示對於社會主流的單身看法之個人認知。

個人心理層次有單身焦慮、享受單身及歸咎於己三個因素，此結果顯示單身大學生的心理，包括：焦慮情緒、正向享受、單身歸因於己的認知。

人際互動層次有父母分享及其影響、同儕影響感到形單影隻，及同儕分享三個因素，此結果顯示單身大學生與父母及同儕的互動情形，包括：與父母同儕分享、受父母同儕影響。

社會文化層次有天命有數、單身烙印及外貌社交條件不佳三個因素，此結果顯示單身大學生認知到社會主流對於單身的看法，及社會大眾對於單身會採取的行動，包括：相信天命有數而採取的行動（如：算命）、社會對單身的負面看法、社會將單身歸因於條件不佳。

九個因素之間的相關係數矩陣，詳見表3。性別（男性及女性）、性傾向（異性戀與非異性戀）與年級（一、二、三、四至六年級）各組在九個因素上的平均數和標準差，詳見表4。

表3

個人心理、人際互動與社會文化三層次各因素之間的相關

	單身焦慮	享受單身	歸咎於己	父母分享 及其影響	同儕影響 形單影隻	同儕分享	天命有數	單身烙印
享受單身	-.48** (1098)							
歸咎於己	.14** (1048)	-.09** (1064)						
父母分享 及其影響	.30** (1026)	-.07* (1034)	-.05 (996)					
同儕影響 感到形單 影隻	.81** (1106)	-.46** (1119)	.19** (1065)	.32** (1041)				
同儕分享	.38** (1078)	-.12** (1088)	-.03 (1039)	.24** (1034)	.36** (1094)			
天命有數	.08** (1092)	-.00 (1110)	-.04 (1058)	-.02 (1031)	.09** (1116)	.19** (1086)		
單身烙印	.04 (1088)	-.06 (1109)	.12** (1058)	-.01 (1028)	.04 (1111)	-.05 (1083)	.15** (1106)	
外貌社交 條件不佳	.14** (1093)	-.01 (1112)	.22** (1058)	-.06 (1032)	.14** (1117)	.08** (1086)	.23** (1109)	.36** (1109)

註1：* $p < .05$; ** $p < .01$

註2：()內為人數。

表4

性別、性傾向與年級各組在所有因素上的平均數、標準差和人數

	單身焦慮	享受單身	歸咎於己	父母分享 及其影響	同儕影響 形單影隻	同儕分享	天命有數	單身烙印	外貌社交 條件不佳
男性	3.39(.86) n = 282	3.06(1.01) n = 294	3.21(.83) n = 278	2.20(1.01) n = 277	3.43(1.05) n = 289	3.42(1.02) n = 286	3.53(.82) n = 289	2.75(.84) n = 297	3.87(.68) n = 291
女性	3.15(.85) n = 832	3.55(.89) n = 842	3.01(.84) n = 798	2.02(.86) n = 771	3.13(1.04) n = 849	3.49(.97) n = 821	3.81(.77) n = 840	2.56(.84) n = 832	3.80(.59) n = 842
異性戀	3.26(.86) n = 777	3.39(.95) n = 790	3.05(.84) n = 784	2.19(.91) n = 733	3.29(1.05) n = 793	3.52(.94) n = 769	3.70(.82) n = 782	2.57(.85) n = 781	3.82(.63) n = 789
非異性戀	3.10(.85) n = 337	3.50(.84) n = 346	3.09(.84) n = 322	1.78(.82) n = 315	3.01(1.02) n = 345	3.38(1.07) n = 338	3.83(.71) n = 347	2.70(.83) n = 348	3.82(.58) n = 344
1年級	3.22(.85) n = 363	3.38(.92) n = 371	3.07(.84) n = 352	2.05(.88) n = 341	3.25(1.03) n = 375	3.47(.95) n = 361	3.68(.80) n = 368	2.57(.82) n = 367	3.72(.61) n = 377
2年級	3.18(.89) n = 239	3.39(1.01) n = 241	3.09(.85) n = 228	2.07(.91) n = 225	3.21(1.07) n = 242	3.56(.89) n = 238	3.70(.82) n = 242	2.59(.84) n = 245	3.85(.63) n = 242
3年級	3.14(.82) n = 276	3.52(.87) n = 283	3.03(.80) n = 264	2.06(.87) n = 259	3.05(1.04) n = 283	3.41(1.00) n = 274	3.74(.76) n = 283	2.55(.87) n = 278	3.81(.58) n = 277
4-6年級	3.30(.87) n = 236	3.40(1.02) n = 241	3.05(.87) n = 232	2.09(.97) n = 223	3.32(1.06) n = 238	3.47(1.11) n = 234	3.87(.75) n = 236	2.76(.86) n = 239	3.97(.61) n = 237

註：()內為標準差。

二、單身大學生個人心理的性別差異

為瞭解單身男大生與單身女大生的個人心理是否存在差異，以性傾向與年級為控制變項，性別為獨變項，單身焦慮、享受單身與歸咎於己為依變項，進行多元迴歸。由於性傾向、年級與性別是類別變項，先轉換為虛擬變項。性傾向是以非異性戀為對照組，產生一個虛擬變項；性別是以男性為對照組，產生一個虛擬變項；年級共有四個水準，以一年級為對照組，產生三個虛擬變項。多元迴歸分析的結果如表5。

(一) 單身焦慮

排除性傾向及年級對單身焦慮的效果後，性別 ($b = -.23$, $SE = .06$, $p < .05$) 有顯著的主要效果，即單身男大生 ($M = 3.39$, $SD = .86$) 的單身焦慮高於單身女大生 ($M = 3.15$, $SD = .85$)。此外，性傾向亦有顯著的主要效果 ($b = .13$, $SE = .06$, $p < .05$)，即異性戀 ($M = 3.26$, $SD = .86$) 的單身焦慮高於非異性戀 ($M = 3.10$, $SD =$

.85)。年級無顯著效果。整體模式的解釋變異量 R^2 為.02， $F_{(5,1108)} = 5.29$ ， $p < .001$ 。

(二) 享受單身

排除性傾向及年級對享受單身的效果後，性別（ $b = .48$ ， $SE = .06$ ， $p < .001$ ）有顯著的主要效果，即單身女大生（ $M = 3.55$ ， $SD = .89$ ）享受單身的程度高於單身男大生（ $M = 3.06$ ， $SD = 1.01$ ）。性傾向與年級皆無顯著效果。整體模式的解釋變異量 R^2 為.05， $F_{(5,1130)} = 12.86$ ， $p < .001$ 。

(三) 歸咎於己

排除性傾向及年級對歸咎於己的效果後，性別（ $b = -.21$ ， $SE = .06$ ， $p < .001$ ）有顯著的主要效果，即單身女大生（ $M = 3.55$ ， $SD = .89$ ）將單身歸咎於己的程度高於單身男大生（ $M = 3.06$ ， $SD = 1.01$ ）。性傾向與年級皆無顯著效果。整體模式的解釋變異量 R^2 為.01， $F_{(5,1070)} = 2.88$ ， $p < .001$ 。

表5

性別對單身大學生個人心理的迴歸分析

	單身焦慮	享受單身	歸咎於己
	b (SE)	b (SE)	b (SE)
常數	3.29(.08)	3.06(.08)	3.28(.08)
性別_虛擬	-.23(.06)***	.48(.06)***	-.21(.06)***
性傾向_虛擬	.13(.06)*	-.03(.06)	-.08(.06)
年級_虛擬1	-.04(.07)	.01(.08)	.02(.07)
年級_虛擬2	-.05(.07)	.10(.07)	-.02(.07)
年級_虛擬3	.08(.07)	.02(.08)	-.02(.07)
R^2	.02	.05	.01
F	5.29***	12.86***	2.88*
自由度	(5, 1108)	(5, 1130)	(5, 1070)

註：* $p < .05$ ；** $p < .01$ ；*** $p < .001$

三、人際互動及社會文化因素對單身者個人心理影響之性別差異

為瞭解人際互動及社會文化因素如何中介性別對單身者個人心理的影響，研究者利用Hayes（2022）Process Macro（ver. 4.1）的Model 4檢驗平行中介效果。性別是獨

變項，人際互動與社會文化層次的六個因素是中介變項，單身焦慮、享受單身與歸咎於己分別是依變項，性傾向與年級為控制變項。研究者採用拔靴法（bootstrapping），經由10,000次重複抽樣，估算直接效果和間接效果的95%信賴區間。結果如表6。

另外利用SPSS進行迴歸分析，在控制性傾向及年級後，各路徑的迴歸係數詳見表7及圖1至圖3。由於性傾向、年級與性別是類別變項，先轉換為虛擬變項。性傾向是以非異性戀為對照組，產生一個虛擬變項；性別是以男性為對照組，產生一個虛擬變項；年級共有四個水準，以一年級為對照組，產生三個虛擬變項。

（一）對單身焦慮的影響

以人際互動與社會文化六個因素為中介變項，單身焦慮為依變項，以拔靴法估算性別對單身焦慮的直接效果95%信賴區間為 $[-.14 .01]$ ，此區間包含0，表示直接效果 $-.06$ （ $SE = .04$ ）未達.05的顯著水準。

性別經由人際互動因素「父母分享及其影響」而影響單身焦慮的間接效果之95%信賴區間為 $[-.01 .00]$ ，此區間包含0，表示間接效果 $-.004$ （ $SE = .004$ ）未達.05的顯著水準。性別經由人際互動因素「同儕影響感到形單影隻」而影響單身焦慮的間接效果之95%信賴區間為 $[-.23 -.05]$ ，此區間未包含0，表示間接效果 $-.14$ （ $SE = .05$ ）達.05的顯著水準。性別經由人際互動因素「同儕分享」而影響單身焦慮的間接效果之95%信賴區間為 $[-.00 .02]$ ，此區間包含0，表示間接效果 $.09$ （ $SE = .01$ ）未達.05的顯著水準。

性別經由社會文化因素「天命有數」而影響單身焦慮的間接效果之95%信賴區間為 $[-.02 .01]$ ，此區間包含0，表示間接效果 $-.003$ （ $SE = .01$ ）未達.05的顯著水準。性別經由社會文化因素「單身烙印」而影響單身焦慮的間接效果之95%信賴區間為 $[-.01 .05]$ ，此區間包含0，表示間接效果 $.003$ （ $SE = .01$ ）未達.05的顯著水準。性別經由社會文化因素「外貌社交條件不佳」而影響單身焦慮的間接效果之95%信賴區間為 $[-.02 .00]$ ，此區間包含0，表示間接效果 $-.004$ （ $SE = .004$ ）未達.05的顯著水準。

上述結果顯示，性別對於單身焦慮無顯著的直接效果，是經由人際互動因素「同儕影響感到形單影隻」的完全中介而影響單身焦慮，表示單身男大生比單身女大生較受同儕影響而感到形單影隻，因而單身焦慮比單身女大生高。

（二）對享受單身的影響

以人際互動與社會文化六個因素為中介變項，享受單身為依變項，以拔靴法估算性別對享受單身的直接效果95%信賴區間為[.29 .54]，此區間未包含0，表示直接效果.42 ($SE = .06$) 達.05的顯著水準。

性別經由人際互動因素「父母分享及其影響」而影響享受單身的間接效果之95%信賴區間為[-.03 .00]，此區間包含0，表示間接效果-.01 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。性別經由人際互動因素「同儕影響感到形單影隻」而影響享受單身的間接效果之95%信賴區間為[.03 .16]，此區間未包含0，表示間接效果.09 ($SE = .04$) 達.05的顯著水準。性別經由人際互動因素「同儕分享」而影響享受單身的間接效果之95%信賴區間為[-.01 .01]，此區間包含0，表示間接效果.001 ($SE = .005$) 未達.05的顯著水準。

性別經由社會文化因素「天命有數」而影響享受單身的間接效果之95%信賴區間為[-.02 .02]，此區間包含0，表示間接效果.001 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。性別經由社會文化因素「單身烙印」而影響享受單身的間接效果之95%信賴區間為[.00 .04]，此區間未包含0，表示間接效果.02 ($SE = .01$) 達.05的顯著水準。性別經由社會文化因素「外貌社交條件不佳」而影響享受單身的間接效果之95%信賴區間為[-.03 .00]，此區間包含0，表示間接效果-.01 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。

上述結果顯示，性別對於享受單身有顯著的直接效果外，還會經由人際互動因素「同儕影響感到形單影隻」的部分中介而影響享受單身，表示單身女大生比單身男大生較未受到同儕影響感到形單影隻，因此較享受單身。除此之外，性別還會經由社會文化因素「單身烙印」的部分中介而影響享受單身，表示單身女大生較未感受到社會文化的單身烙印，因而享受單身的程度較單身男大生高。

（三）對歸咎於己的影響

以人際互動與社會文化六個因素為中介變項，歸咎於己為依變項，以拔靴法估算性別對享受單身的直接效果95%信賴區間為[-.22 .03]，此區間包含0，表示直接效果-.10 ($SE = .06$) 未達.05的顯著水準。

性別經由人際互動因素「父母分享及其影響」而影響歸咎於己的間接效果之95%信賴區間為[-.00 .02]，此區間包含0，表示間接效果.01 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。性別經由人際互動因素「同儕影響感到形單影隻」而影響歸咎於己的間接效果之95%信賴區間為[-.07 -.01]，此區間未包含0，表示間接效果-.04 ($SE = .01$) 達.05的顯著水準。性別經由人際互動因素「同儕分享」而影響歸咎於己的間接效果之95%信賴

區間為[-.02 .00]，此區間包含0，表示間接效果-.01 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。

性別經由社會文化因素「天命有數」而影響歸咎於己的間接效果之95%信賴區間為[-.04 .00]，此區間包含0，表示間接效果-.02 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。性別經由社會文化因素「單身烙印」而影響歸咎於己的間接效果之95%信賴區間為[-.03 .01]，此區間包含0，表示間接效果-.01 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。

性別經由社會文化因素「外貌社交條件不佳」而影響歸咎於己的間接效果之95%信賴區間為[-.05 .00]，此區間包含0，表示間接效果-.02 ($SE = .01$) 未達.05的顯著水準。

上述結果顯示，性別對於歸咎於己無顯著的直接效果，是經由人際互動因素「同儕影響感到形單影隻」的完全中介而影響歸咎於己，表示單身男大生比單身女大生較受同儕影響感到形單影隻，因而比單身女大生更容易將單身歸咎於己。

表6

性別經由人際互動與社會文化因素對個人心理的直接效果和間接效果

	單身焦慮			享受單身			歸咎於己		
	effect	<i>SE</i>	95% CI	effect	<i>SE</i>	95% CI	effect	<i>SE</i>	95% CI
直接效果	-.06	.04	[-.14 .01]	.42	.06	[.29 .54]	-.10	.06	[-.22 .03]
間接效果									
人際互動1	-.00	.00	[-.01 .00]	-.01	.01	[-.03 .00]	.01	.01	[-.00 .02]
人際互動2	-.14	.05	[-.23 -.05]	.09	.04	[.03 .16]	-.04	.01	[-.07 -.01]
人際互動3	.09	.01	[-.00 .02]	.00	.00	[-.01 .01]	-.01	.01	[-.02 .00]
社會文化1	-.00	.01	[-.02 .01]	.00	.01	[-.02 .02]	-.02	.01	[-.04 .00]
社會文化2	.00	.01	[-.01 .05]	.02	.01	[.00 .04]	-.01	.01	[-.03 .01]
社會文化3	-.00	.00	[-.02 .00]	-.01	.01	[-.03 .00]	-.02	.01	[-.05 .00]

註：人際互動1：父母分享及其影響。人際互動2：同儕影響感到形單影隻。

人際互動3：同儕分享。社會文化1：天命有數。社會文化2：單身烙印。

社會文化3：外貌社交條件不佳。

表7

性別經由人際互動及社會文化因素影響單身焦慮、享受單身與歸咎於己各路徑的迴歸係數

	人際互動1		人際互動2		人際互動3		社會文化1		社會文化2		社會文化3		單身焦慮	享受單身	歸咎於己
	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)	<i>b</i> (<i>SE</i>)
常數	1.85(.08) ^{***}	3.26(.09) ^{***}	3.29(.09) ^{***}	3.55(.07) ^{***}	2.84(.08) ^{***}	3.77(.06) ^{***}	.84(.13) ^{***}	3.81(.22)	2.16(.22) ^{***}						
控制變項															
性傾向_虛	.40(.06) ^{***}	.24(.07) ^{**}	.15(.07) [*]	-.09(.05)	-.16(.06) ^{**}	-.01(.04)	-.05(.04)	.02(.06)	-.13(.06) [*]						
年級_虛1	.04(.08)	-.03(.09)	.10(.08)	.03(.06)	.01(.07)	.13(.05) ^{**}	-.01(.05)	-.02(.07)	.02(.07)						
年級_虛2	.05(.07)	-.15(.08)	-.06(.08)	.03(.06)	-.02(.07)	.10(.05) [*]	.05(.04)	.03(.07)	-.03(.07)						
年級_虛3	.05(.08)	.08(.09)	.00(.08)	.19(.07) ^{**}	.18(.07) [*]	.25(.05) ^{***}	.02(.05)	.04(.08)	-.03(.07)						
獨變項															
性別_虛	-.12(.06)	-.25(.07) ^{***}	.10(.07)	.26(.05) ^{***}	-.21(.06) ^{***}	-.07(.04)	-.07(.04)	.41(.06) ^{***}	-.09(.06)						
中介變項															
人際互動1															
人際互動2															
人際互動3															
社會文化1															
社會文化2															
社會文化3															
<i>R</i> ²	.05	.03	.01	.03	.03	.02	.648	.249	.103						
<i>F</i>	10.27 ^{***}	7.68 ^{***}	1.90	7.96 ^{***}	5.82 ^{***}	5.45 ^{***}	159.38 ^{***}	28.92 ^{***}	9.71 ^{***}						
自由度	(5, 1042)	(5, 1132)	(5, 1101)	(5, 1123)	(5, 1123)	(5, 1127)	(11, 953)	(11, 960)	(11, 932)						

註1: * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

註2: 人際互動1: 父母分享及其影響。人際互動2: 同儕影響感到形單影隻。

人際互動3: 同儕分享。社會文化1: 天命有數。社會文化2: 單身烙印。

社會文化3: 外貌社交條件不佳。

圖1

性別經由人際互動與社會文化因素對單身焦慮的平行中介分析

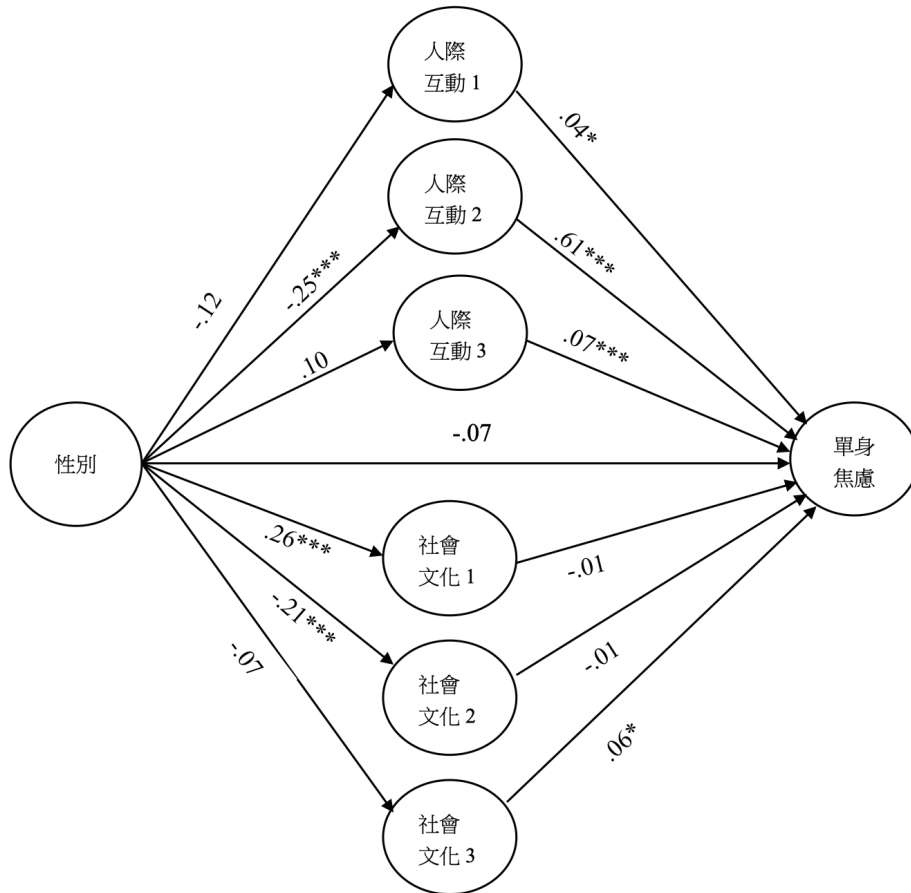


圖2

性別經由人際互動與社會文化因素對享受單身的平行中介分析

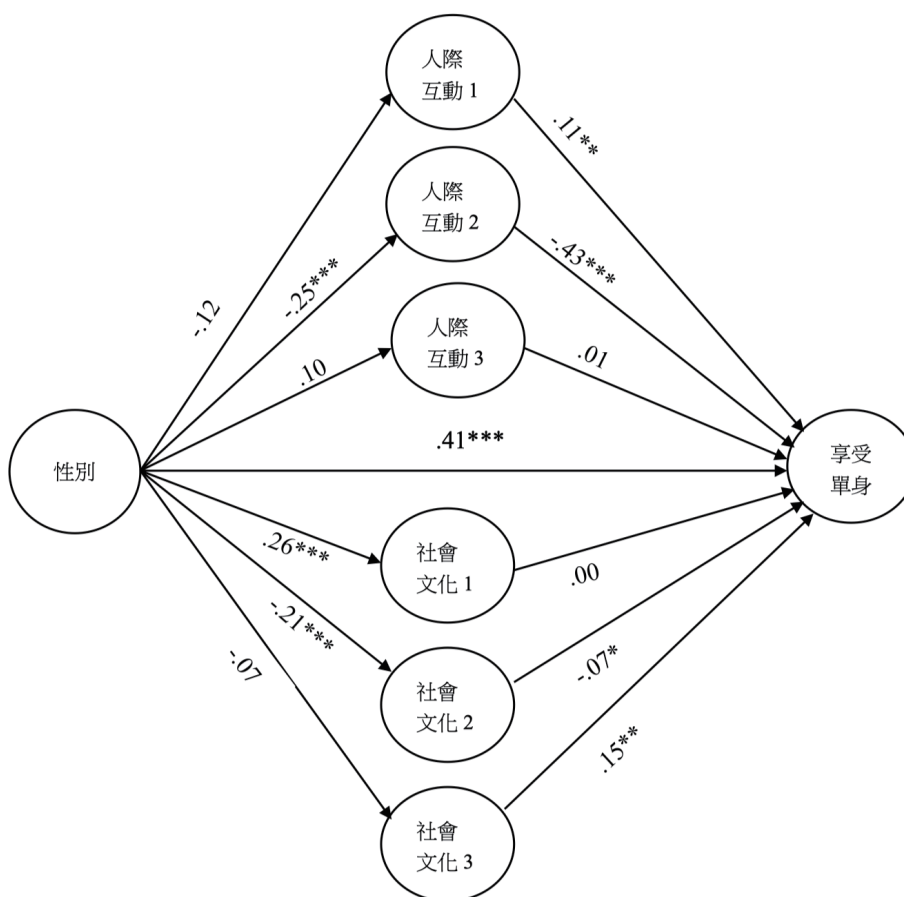
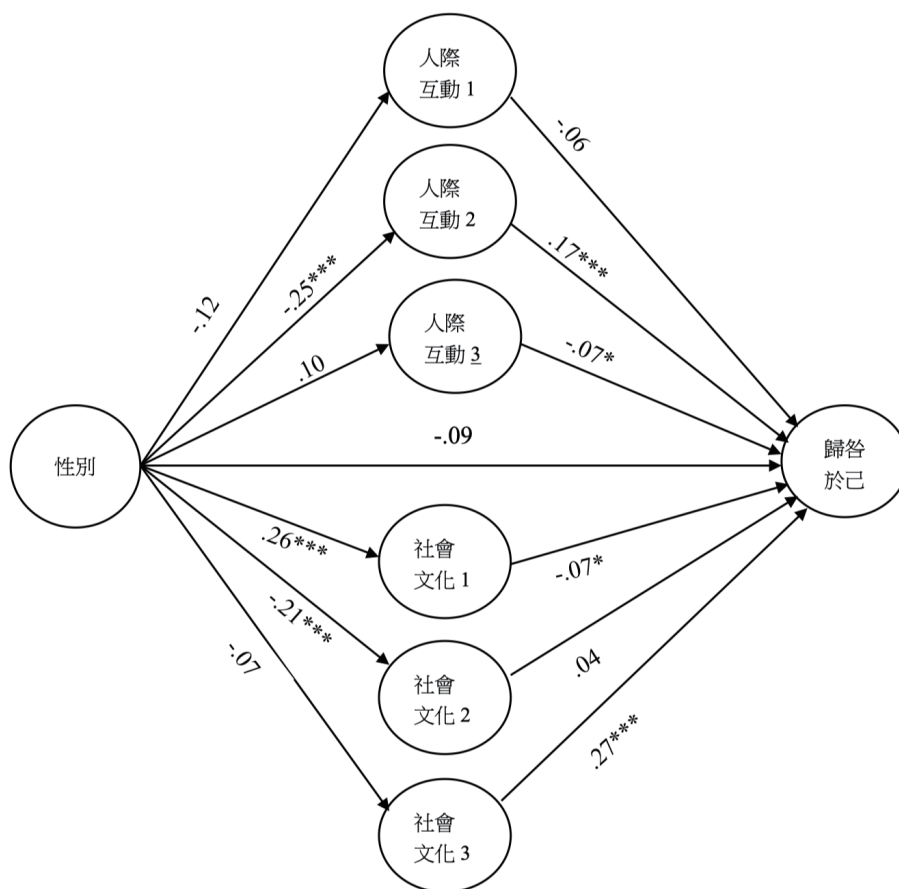


圖3

性別經由人際互動與社會文化因素對歸咎於己的平行中介分析



肆、討論與建議

一、面對單身出現不同的態度

傳統認為單身是失敗的象徵、是恥辱（Jacques & Radtke, 2012; Sandfield & Percy, 2003; Sharp & Ganong, 2007），單身者懷抱的是孤獨和悲傷（Cobb, 2012）。影響所及，大學校園流傳脫魯的文化。但本研究發現，當前大學生對單身的想法已較多元，不是只有失敗者（魯蛇）與一定要脫單的單一認知和負面態度。雖然對目前的單身狀態會焦慮，但還是有人能夠享受單身；像是，單身女大生比單身男大生享受單身，且較未感受到社會文化的「單身烙印」，因而享受單身的程度較單身男大生高。

有些研究結果和本研究一致，也發現單身女性對單身身分有較正向的情緒。Ochnik與Slonim（2020）比較德國與波蘭的年輕單身人士，發現即使文化背景不同，女性對單身的滿意度都高於男性。但也有研究指出，女性面臨的單身壓力或非議較大（Budgeon, 2016; McKeown, 2015; McKeown & Parry, 2019; Simpson, 2016）。

從歷史上看，異性戀浪漫和婚姻一直是實現女性氣質和成功人生的核心。女性被假定不願意維持未婚狀態，而這樣的假定又反過來造成「未婚女性是絕望和有缺陷的文化形象」（Sandfield & Percy, 2003, 頁476）。再者，以前是由丈夫提供經濟保障，而且婚姻是經批准能撫養孩子的合法機構，女性除了婚姻外幾乎沒有其他選擇（Kooli & Muftha, 2020）。但不容忽略的是，婚姻和家庭的去機構化（deinstitutionalization）對女性的生活結構產生重大的變革性影響，尤其是「什麼是性別，以及應該如何表達，已經成為一個多重選擇的問題」（Giddens, 1991, 頁217）。

此外，國內近年來民眾的性別角色態度也有轉變，不再固守傳統的性別角色與性別規範（行政院，2021；吳齊殷，2023；呂玉瑕，2011）。Taylor（2012）認為，傳統的性別和性規範已不再完全適用於當代。Budgeon（2016）指出，性別關係已因女性氣質規範的轉變而改變，並重新排序。一種由選擇和賦權價值觀構成的新興女性氣質形式，出現在當今的流行文化、媒體和公共論述。新興女性氣質的積極和自主可能使女性能夠將行為、態度和身分導向一種非異性戀規範的理想，這種理想不會將夫妻關係置於社會生活的中心，而是承認其他形式的個人關係，包括：選擇保持單身、不追求與男人建立關係的人生歷程。

再者，當今的社會氛圍支持個人尋求「好的選擇與快樂生活」，在這個前提下，年輕男女被鼓勵追求高等教育與生涯發展；再加上初婚年齡的增長、對離婚的恐懼，

以及獨立的強烈需求，使得成年初期的單身者被父母親友期望或催逼找到伴侶的壓力已有削減（Sprecher & Felmiee, 2021）。社會和人際網絡似乎對年輕單身者相較於以往有更大的包容，現今單身女性似乎也得以免除社會和人際網絡施加的壓力。

顯然，當代女性在單身方面存在更多選擇（Sprecher & Felmiee, 2021）。樂觀來看，這顯示單身女大生受到「文化延滯」的影響較低。如同前述，快速的社會變革可能會產生文化滯後。也就是，社會已經發生變化，例如，更多人選擇單身或晚婚，而文化調整需要更多時間，跟不上社會的快速變化，因此出現「文化延滯」（Byrne & Carr, 2005）。單身者可能會陷入這樣的文化滯後，遭受社會文化負面的評價。本研究發現，單身女大生比較能享受單身，看來就算「文化延滯」，她們還是比較能擺脫社會文化對單身的烙印。

除了「文化延滯」的影響較低，新世代平權主義興起後，無論是流行文化、社群媒體或學校教育，也提供了大量學習女性主義或平權女性的資源，像是新女性論述、教案教材或自媒體等。多元的新世代女性樣貌，讓年輕女孩在親密關係中的性別實現有不同的參照範本，以致有更多的選擇。

但，從另一角度來看，情況或許未必樂觀。女大生享受單身也可能是一種取決於年齡的短暫特權（a 'short-lived privilege'）（Budgeon, 2016），或是因為大學生身分構築成的保護傘而產生的「樂觀落差」（the optimism gap）（Whitman, 1998）。因為對單身的包容有賞味期限，一旦這個時期「已經過去」而仍是單身，或許仍會被究責過於挑剔，如：單身者誤用了自由，浪費了過上幸福生活的機會；且單身者無法自我實現和人生是不完整的傳統偏見，也可能再度被強化（Budgeon, 2016）。

Byrne與Carr（2005）即指出單身被污名化的程度與年齡有密切相關，年輕的未婚大學生容易被接受，而40多歲的未婚人士則被視為可悲。單身女大生的單身焦慮較少，除因求學階段的保護傘及上述可能因素外，追求自我實現或是未來職涯的考量也可能是影響因素²。此外，值得後續研究關注的是，女大生享受單身的態度，有無可能鬆動單身的污名處境，或讓單身的情感狀態在親密關係中占有一席之地。

二、單身焦慮存在性別差異：高單身焦慮與歸咎於己的男性

本研究發現單身男大生的單身焦慮高於單身女大生，且更會將單身歸咎於己。單身女大生反而較單身男大生更能享受單身。本研究結果不同於「單身女性比較焦慮」的印象，究其原因，可能是在社會流變與複合意識形態的擠壓下，異性戀常規的信念

² 這一句話的討論來自審查委員建議及意見啟發，特此感謝審查委員的洞見。

仍繼續塑造異性戀規範與性別化的態度。Eaton等人（2016）指出，傳統性別角色對於男性的影響較大，在戀愛與性互動中男性比女性表現出更多傳統性別角色的認知與行為。本研究亦發現單身男大生比女大生更感受到社會文化對單身的烙印。

性別規範是產製單身污名的關鍵要素（Koropecykj-Cox, 2005）。大學生在戀愛關係中的互動與行為準則，仍相當受傳統性別規範影響（李佩雯，2019；Eaton & Rose, 2012; Eaton et al., 2016）。Eaton與Rose（2012）的研究發現，在約會中男性比女性更表現出性別角色刻板印象的行為，並展現更多的主動與控制權。李佩雯（2019）也指出，在愛情互動中，男大生多以遵循傳統性別角色的行為來交換女性也能依循性別角色設定下的責任與義務。男性被期待主動啟動親密關係，使得男性在展開愛戀關係中承受較多的壓力，甚或不安。

而生理男性必然是陽剛異性戀男性的性別偏見與設定，亦阻礙了男性的情緒與情感揭露，因此較不易形成情感互動的人際網絡。尤其是，許多學生在進入大學前仍是以課業為重或被要求課業優先，加上可能來自單一性別居多的學校，或是缺乏交友經驗或社交歷練³，這些都可能使得男生對於該不該脫單、如何脫單而產生焦慮。

另外，成功對於男性的意義也會受社會文化影響。當社會將異性婚姻和家庭生活視為普遍目標，或是生命歷程發展的成功標誌，不屬於這一類別的個人就會被邊緣化而遭受污名（Budgeon, 2008; DePaulo & Morris, 2005; Sharp & Ganong, 2011）。社會文化價值強調成家立業，臺灣社會的傳統思維重視傳宗接代，這不但是父母對於兒子的期望，也是對於男性成功的定義，是男性認同的重要面向。大學畢業後的單身男性常被稱為黃金單身漢（Pozner, 2010），「黃金」二字所代表的經濟能力正是標誌單身男性成功的象徵。成家立業與傳宗接代的社會期待，導致缺乏伴侶的男大生有較高的單身焦慮。

當男性仍然無法擺脫社會文化對於性別的規範與期待，而女性卻較能從性別桎梏中解放出來，有較大的行為彈性（Bartini, 2006）。一方面是因為當今臺灣社會男女初婚率與未婚率上升（內政部，2020），降低了女性進入婚姻的壓力，也使男性因年齡帶來的「單身紅利」減少。另一方面，由於女性的教育程度與性別平等意識的提升，以及經濟與情感的獨立自主，都可能使得女大生更有自己的想法，包括享受單身。Budgeon（2016）指出，由於異性戀關係是基於性別規範而構建，女性在性別關係與性別角色態度改變所帶來能動性的提升，將影響與撼動「強制異性戀」（Rich,

³ 同註2。

1980)的穩定性。當性別關係與結構改變時，性別設定的重新排序，亦將提供單身女性在個人生活中更多行使選擇的空間。女性這樣的轉變有可能導致男性焦慮，或是彼此之間互相為用、交織影響⁴。

是以，值得注意的是，雖然行政院(2021)調查報告指出，臺灣社會傳統婚姻觀念「交友、結婚、生子」三部曲的時序與規範已較過去改變，民眾已較能接受未婚生子、同居等新思潮觀念。但是，這種「進步」的婚姻態度仍是立基於進入愛戀關係與成家的意識形態。即使是臺灣社會變遷調查民眾的性別角色態度，也是較偏向有伴侶家庭的婚姻態度與生活。更多元的情感狀態，如單身，仍少見於社會主流的性別角色態度與性別平等觀念。而這也是前述所言的「文化延滯」現象，以及各種意識形態交織所形成的複合規範性論述的影響。在仍是以男性為中心的父權體制與婚家意識形態之下，男性或許因而受到較大的束縛，在親密關係「做性別」的過程中承載較大的壓力與單身焦慮。

三、人際互動與社會文化對個人心理的影響

本研究發現，男大生的單身焦慮高於單身女大生，也較容易將單身歸咎於己，這些性別差異被人際互動因素「受同儕影響而感到形單影隻」完全中介。亦即，單身男大生看到同儕出雙入對而感到形單影隻，因此較女大生的單身焦慮高，並認為單身是自己的問題所致。相較之下，單身女大生比單身男大生更能享受單身，此性別差異被人際互動和社會文化因素部分中介，部分是因為單身女大生較不會受同儕影響感到形單影隻，部分是因為較未感受到社會文化的單身烙印。

本研究結果呼應了Sprecher與Felmiee(2021)對於年輕單身者(無伴侶)單身恐懼的研究。Sprecher與Felmiee指出不論男性和女性，建立伴侶關係的壓力與單身恐懼高度相關；而來自朋友對建立伴侶關係的壓力與單身恐懼之間的關聯，男性比女性強。Sprecher與Felmiee認為，與女性相比，年輕男性可能不太習慣從親密的同儕那裡接受浪漫關係的建議，它反而會加劇男性對保持單身的擔憂。有趣的是，朱蘭慧(2003)研究發現，形成男性性別角色刻板印象的因素包括同儕互動及父母的教養方式與態度，而鬆動因素之一則是愛情與家務訓練。誠如前述，性別是一種社會關係，單身男大生或許缺少機會在愛情關係中經由互動來調合個人的性別態度與實作，而從同儕與父母接收到的社會規範與期待卻深深影響他們。

⁴ 同註2。

本研究進一步發現，人際互動的因素裡，同儕影響大於父母，但同儕影響產生的作用男女大不同。單身男大生比單身女大生更容易受到同儕方面的影響。亦即，單身男大生的單身焦慮主要因為看到同儕有伴而感到形單影隻，同儕提供了社會比較的參照標準。對一天大多時間待在學校的大學生來說，友誼是學校生活的重要課題（Jackson, 2006）。Jamieson（1998）歸納許多研究發現，女性友誼的特徵在於自我揭露、深知且較為親密，男性友誼則重視一起活動、偏向交友滿天下的模式。或許，女性能在朋友網絡中分享私人事務與感受，及能有「閨密」相伴，而消滅單身焦慮；相反地，男性則非如此。再者，傳統上男性「有偶」與男性氣概及地位有關，因此同儕網絡與觀感不僅反映社會文化的期待⁵，亦可能加劇了單身男大生的心理壓力，而有較高的單身焦慮。

也就是說，社會文化與規範夾藏在同儕網絡之中，再加上親密關係的需求，產生層疊作用，加劇了人際互動因素對於單身男大生個人心理的影響力道。再者，Higgins（1987）自我差距理論指出，一個人的真實我和應該我或理想我這兩種自我指引有差距時，分別會引發焦慮或憂鬱的情緒。當一個人將他目前單身的狀態（真實我）拿來和「應該建立愛戀關係」（應該我）做比較時，單身焦慮的情緒油然而生。「應該建立愛戀關係」的相關論述與複合意識形態，映現出的不僅是社會文化的規範，更是一種體現在人際網絡關係中的壓迫。規範與壓迫構築成一種排除結構，不僅使得單身在以異性戀伴侶為主導關係的模式中變得不可見，亦讓單身男大生必須針對單身而來的性別刻板印象、偏見或歧視加以管理，包括回應單身污名、協商人際關係互動，以及調合焦慮的自我與認同。

除此之外，本研究發現一個值得注意的結果：單身大學生越與父母分享，單身焦慮越高。Ochnik與Slonim（2020）指出，無論關係狀態為何（單身或伴侶），缺乏社會支持都會帶來苦惱。而本研究顯示，我們必須注意與父母及同儕分享帶來的雙面刃影響。父母及同儕是提供社會支持的資源，但同時，卻也是一種壓力源。他們對於單身的看法、評價與態度，都影響著單身大學生內心對於自我的認知、態度與情緒。

本研究認為，即使學生身分的保護傘可以形成屏障，消滅社會文化對單身的污名，但是在人際互動中面對進入關係的期許（包括來自眾人或自我的期許），單身焦慮仍如影隨形，甚或懷疑自己。儘管如此，從女生較能享受單身的態度，可看見性別教育與平權文化對於改變單身者處境，以及豐富親密關係樣態與發展的可能。

⁵ 同註2。

四、實務意涵與未來研究方向

（一）提供正向單身論述與揭露正向單身敘事

當單身已成為一種關係類型、選擇與事實時，單身可以是一個永久而非暫時的身分或階段。然而，當單身的身分及關係狀態沒有受到社會文化肯認與父母同儕朋友支持時，易令大學生質疑自我，或將之視為映現失敗、有缺憾的自我，並引發焦慮情緒，特別是對男學生而言。因此，我們需要發展大學生單身與親密關係方面的研究，透過研究，生產正向單身論述與揭露正向的單身故事，讓社會大眾以及正焦慮於自己單身身分的人，肯認單身並不只是短暫的關係態樣，也可以是終身的選擇。

第三波女性主義者強調使用個人敘事來表達女性經歷中的複雜性，及說明更大的社會意識形態、結構和期望如何形塑個人經歷與生命。透過這種方式，得以表達個人的想法，進行批判性的自我反省與社會改造（McKeown, 2015）。Plummer（1995）曾言，當公開的性故事夠多，就可以對性論述與親密關係之日常生活實踐帶來質性的轉變。同理，本研究認為，當公開的正向單身故事越多，就能翻轉對單身的歧視、偏見與污名，也能重構單身與親密關係論述，對單身者的親密關係與日常生活實踐及文化延滯現象產生質變。

是以，學校可透過正式與非正式課程，以及學生事務輔導諮商單位辦理單身敘事工作坊或講座，邀請單身人士分享正面的單身生活與生命經驗，以協助正在成年期探索階段的大學生能正向面對單身及單身身分。不論是想要永遠單身或是暫時未（能）進入愛戀關係，都能有正向認知、態度與技能面對單身狀態，擁有良好人際網絡的關係互動。

（二）增加以男性為主體的情感教育與輔導諮商

本研究發現單身焦慮的性別差異、人際網絡與社會文化因素帶給正進入成年初期大學生的影響，亦看到性別平等與情感教育的成果及待努力的方向。本研究結果顯示出，亟須增加以男性為主體的情感教育與輔導諮商，貼合男性經驗，理解男學生在親密關係發展過程中的徬徨與困惑。特別是，在傳統的性別文化中，啟動親密關係的主動者是男性，致使男性在單身的關係狀態中承受更多的不安，甚或焦慮與失敗感。

本研究結果可以提供輔導者與教師協助大學生，特別是男大學生，瞭解面對單身而來的焦慮情緒是正常的，許多男性學生和他們一樣有相同的擔憂。這種「我是正常且不孤單」的認知，有助於男性學生打開內心，提高訴說自己情感的意願。

以男性為主體的情感教育與輔導諮商，除了教導學生看見男性在社會文化與性別關係中的位置與處境外，更須教導學生學習以性別觀點審視複合意識形態對於男女在親密關係發展的影響，包括肯認單身的選擇與情感類型，學習有勇氣拒絕或被拒絕不合宜的愛戀關係，而非只是教導脫離單身的技巧。

（三）發展單身議題的同儕教育及父母教育

水能載舟，亦能覆舟。如前所述，與父母及同儕分享單身方面的議題有如雙面刃，如何向父母與同儕訴說或該不該說自己的單身苦惱，都是一件令人煩心的事。因此，學校應發展單身議題的同儕教育及家長教育，例如在新生入學說明會的家長座談、寒暑假或期末給學生家長的一封信，這些都是將單身議題融入性別情感教育的時機。透過教育與宣導，協助大學生的父母、家人、同學朋友正面瞭解單身及親密關係的轉變，並學習關懷與支持的知識和技能。

（四）研究限制與未來研究方向

單身，作為被邊緣化的關係處境及向來受忽略的研究主題，以單身者為主體的主位研究更顯得重要。誠如Byrne與Carr（2005）的主張，單身研究若能發展成為一個學術研究領域，將會是科學和社會消除單身歧視的重要一步。本研究以量化問卷調查為主，雖獲得大量與可信的資料，研究發現亦能貼合校園現狀，反映當代大學生情感問題，但也受限於問卷調查而無法進一步瞭解男女大學生內心深層的感受與想法。因此，建議未來研究可採用深度訪談，深入探究，例如，女大學生是否因為自我實現或生涯考量而選擇單身，男大學生是否因為交友經歷或社交歷練之故而增加單身焦慮⁶。

再者，亦可擴大年齡範圍及納入多元性別，從單身大學生擴及中年及老年單身者，或進行跨世代比較，例如比較20、30、40歲單身男女，經由主位研究看見不同性傾向、性別與年齡層單身者的生活處境，以及單身對他們的意義。

此外，未來研究可採取客位的研究途徑，針對單身焦慮這個構念，編製具有信效度的量表；或可結合主位途徑，進一步探究除了單身焦慮，是否還有與單身有關的其他情緒，如單身恐懼（Spielmann et al., 2013），發展更完整的單身情緒量表，以瞭解不同類別單身者有哪些情緒類型，才能更細緻地協助調適單身情緒。

⁶ 同註2。

最後，在大學戀愛文化中位居邊緣的單身大學生，他們的心聲與情感處境需要被看見與理解。如何加入性別觀點於單身與親密關係論述之中，並從巨觀到微觀多面向審視單身焦慮等情緒，進而在輔導學生面對親密關係與情感課題時能有互為主體的對話，這些都有待相關研究的探究及累積成果，我們方有認識大學生單身處境與理解其情感壓力的可能。

參考文獻

- 內政部（2021）：內政部戶政司全球資訊網。[Ministry of the Interior. (2021). *Dept. of Household Registration, M. O. I.* <https://www.ris.gov.tw/app/portal>]
- 王詩茜、簡美華（2015）：成年前期女性知覺和因應分手暴力之探究。亞洲家庭暴力與性侵害期刊，**11**（1），47-77。[Wang, S.-C., & Chien, M.-H. (2015). Coping with violence following the end of a relationship: Perspectives of young adult Taiwanese women. *Asian Journal of Domestic Violence and Sexual Offense*, 11(1), 47-77. DocID=19945779-201507-201508310002-201508310002-47-77 <http://dx.doi.org/10.29804/AJDVSO>]
- 王維邦、陳美華（2017）：非常規性實踐的性別化態度：男「性」特權、性別分工和婚家體制的角色。女學學誌：婦女與性別研究，**40**，53-105。[Wang, W.-P., & Chen, M.-H. (2017). Gendered attitudes toward non-conforming sexual practices in Taiwan: The impacts of male sexual privileges, sexual division of labor, and familism, *Journal of Women's and Gender Studies*, 40, 53-105. <http://dx.doi.org/10.6255/JWGS.2017.40.53>]
- 王慶福、王郁茗（2007）：分手的認知及調適之評量研究。中華心理衛生學刊，**20**（3），205-233。[Wang, C.-F., & Wang, Y.-M. (2007). Research of the assessment of cognition and adaptation to dissolution. *Formosa Journal of Mental Health*, 20(3), 205-233. [https://doi.org/10.30074/FJMH.200709_20\(3\).0001](https://doi.org/10.30074/FJMH.200709_20(3).0001)]
- 朱蘭慧（2003）：男性性別角色刻板印象之形成與鬆動。應用心理研究，**17**，85-119。[Chu, L.-H. (2003). The research on men's gender role stereotype shaping and releasing. *Research in Applied Psychology*, 17, 85-119.]
- 行政院（2021）：110年性別平等觀念電話民意調查。行政院性別平等會。[Executive Yuan. (2021). *2021 telephone poll on gender equality concepts*. Gender Equality of Committee of the Executive Yuan.]
- 吳齊殷（2023）：臺灣社會變遷基本調查計畫2021第八期第二次：家庭組。[Wu, C.-I. (2023). *2021 Taiwan social change survey (Round 8, Year 2)*. <https://srda.sinica>.

- edu.tw/datasetsearch_detail.php?id=3458]
- 呂玉瑕（2011）：臺灣民眾性別角色態度的變遷：1991-2001。臺灣社會學刊，48，51-94。[Lu, Y.-H. (2011). Changes in gender-role attitudes in Taiwan, 1991-2001. *Taiwanese Journal of Sociology*, 48, 51-94. [https://dx.doi.org/10.6786/TJS.201112_\(48\).0002](https://dx.doi.org/10.6786/TJS.201112_(48).0002)]
- 李佩雯（2019）：大學生，性別平等了沒？：異性戀大學生愛情腳本之初探研究。中華傳播學刊，35，89-123。[Lee, P.-W. (2019). "Gender equality, are we there yet?": Exploring romantic relationship scripts among heterosexual university students in Taiwan. *Chinese Journal of Communication Research*, 35, 89-123. <http://dx.doi.org/10.3966/172635812019060035003>]
- 張榮富、唐曉霞、彭于庭（2019）：台灣未婚男女單身化：2025年男女年齡層擇偶機會估計。國家與社會，21，1-50。[Chang, J.-F., Tang, X.-X., & Peng, Y.-T. (2019). From unmarried to single: Marriage opportunity across genders in Taiwan in 2025. *Journal of State and Society*, 21, 1-50. <http://19945736-201912-202001080017-202001080017-1-50>]
- 陳樂元（2012）：單身：十九世紀法國社會的「麻瘋病」。思與言：人文與社會科學期刊，50（2），109-142。[Chen, Y.-Y. (2012). Celibacy: A "leprosy" of French society in the nineteenth century. *Thought and Words: Journal of the Humanities and Social Science*, 50(2), 109-142. <https://doi.org/10.6431/TWJHSS.201206.0109>]
- 楊幸真、游美惠（2014）：臺灣性別與情感教育研究之回顧分析：知識生產的挑戰與展望。臺灣教育社會學研究，14（2），109-163。[Yang, H.-C., & You, M.-H. (2014). A review of research on gender and relationship education in Taiwan: The challenge of knowledge production. *Taiwan Journal of Sociology of Education*, 14(2), 109-163. <http://dx.doi.org/10.3966/168020042014121402004>]
- 董智慧、趙淑珠（1998）：單身類型、社會支持與心理健康之分析研究。中華輔導學報，6，267-304。[Tung, C.-H., & Chao, S.-C. (1998). The relations among single types, social support and psychological well-being of never-married. *Chinese Annual Report of Guidance and Counseling*, 6, 267-304.]
- 趙淑珠（2003）：未婚單身女性生活經驗之研究：婚姻意義的反思。教育心理學報，34（2），221-246。[Chao, S.-C. (2003). The experiences of never-married single women: Rethinking the meaning of marriage. *Bulletin of Educational Psychology*, 34(2), 221-246. <https://doi.org/10.6251/BEP.20020826>]
- 闕河嘉、陳光華（2016）：庫博中文獨立語料庫分析工具之開發與應用。載於項潔（主編）數位人文：在過去、現在和未來之間（頁285-313）。臺大出版中心。

- [Chueh, H.-C., & Chen, K.-H. (2016). Corpro: A Chinese language corpus tool and a case study of media representation of organic agriculture. In J. Hsiang (Ed.), *Digital Humanities: Between past, present, and future* (pp.285-313). National Taiwan University Press]
- 羅子琦、賴念華（2010）：大學生走出愛情分手困頓經驗之心理歷程研究。《家庭教育與諮商學刊》，9，1-32。[Lo, T.-C., & La, N.-H. (2010). The mental process of suffering experience from breaking-ups of college students. *Journal of Family Education and Counseling*, 9, 1-32. <https://doi.org/10.6472/JFEC.201012.0001>]
- Adamczyk, K. (2018). Direct and indirect effects of relationship status through unmet need to belong and fear of being single on young adults' romantic loneliness. *Personality and Individual Differences*, 124, 124-129. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.12.011>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from late teens through the twenties*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Bagozzi, R. P., & Lee, K.-H. (2002). Multiple routes for social influence: The role of compliance, internalization and social identity. *Social Psychology Quarterly*, 65(3), 226-247. <https://doi.org/10.2307/3090121>
- Bartini, M. (2006). Gender role flexibility in early adolescence: Developmental change in attitudes, self-perceptions, and behaviors. *Sex Roles*, 55, 233-245. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9076-1>
- Budgeon, S. (2008). Couple culture and the production of singleness. *Sexualities*, 11(3), 301-325. <https://doi.org/10.1177%2F1363460708089422>
- Budgeon, S. (2016). The 'problem' with single women: Choice, accountability and social change. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(3), 401-418. <https://doi.org/10.1177%2F0265407515607647>
- Byrne, A., & Carr, D. (2005). Caught in the cultural lag: The stigma of singlehood. *Psychological Inquiry*, 16(2/3), 84-91. <https://www.jstor.org/stable/20447267>
- Cobb, M. (2012). *Single: Arguments for the uncoupled*. New York University Press. <https://www.jstor.org/stable/j.ctt9qfvnr>
- Connell, R. W. (2002). *Gender*. Polity Press.
- DePaulo, B. (2006). *Singled out: How singles are stereotyped, stigmatized, and ignored, and*

- still live happily ever after*. St. Martin's Press.
- DePaulo, B. M., & Morris, W. L. (2005). Singles in society and in science. *Psychological Inquiry*, 16(2/3), 57-83. <https://www.jstor.org/stable/20447266>
- Douglas, S. J. (2010). *Enlightened sexism: The seductive message that feminism's work is done*. Times Books.
- Eagly, A. H., Nater, C., Miller, D. I., Kaufmann, M., & Sczesny, S. (2020). Gender stereotypes have changed: A cross-temporal meta-analysis of U.S. public opinion polls from 1946 to 2018. *American Psychologist*, 75(3), 301-315. <https://doi.org/10.1037/amp0000494>
- Eaton, A. A., & Rose, S. M. (2012). Scripts for actual first date and hanging-out encounters among young heterosexual Hispanic adults. *Sex Roles*, 67, 285-299. <https://doi.org/10.1007/s11199-012-0190-y>
- Eaton, A. A., Rose, S. M., Interligi, C., Fernandez, K., & McHugh, M. (2016). Gender and ethnicity in dating, hanging out, and hooking up: Sexual scripts among Hispanic and white young adults. *The Journal of Sex Research*, 53(7), 788-804. <http://dx.doi.org/10.1080/00224499.2015.1065954>
- Erikson, E. (1980). *Identity and the life cycle*. W. W. Norton & Co.
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (3rd ed.). Guilford Press.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford University Press.
- Goffman, E. (2010) : 污名：管理受損身分的筆記（曾凡慈，譯）。群學。（原著出版年：1963）[Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity* (F.-T. Tseng, Trans.). Socio Publishing Co.]
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319>
- Jackson, C. (2006). *Lads and ladettes in school: Gender and a fear of failure*. Open University Press.
- Jacques, H. A. K., & Radtke, H. L. (2012). Constrained by choice: Young women negotiate the discourse of marriage and motherhood. *Feminism & Psychology*, 22(4), 443-461. <https://doi.org/10.1177/0959353512442929>
- Jamieson, L. (1998). *Intimacy: Personal relationships in modern societies*. Polity.
- Klinenberg, E. (2013). *Going solo: The extraordinary rise and surprising appeal of living alone*. Penguin Press.

- Kooli, C., & Muftah, H. A. (2020). Impact of the legal context on protecting and guaranteeing women's rights at work in the MENA region. *Journal of International Women's Studies*, 21(6), 101-124. <https://vc.bridgew.edu/jiws/vol21/iss6/6>
- Koropecykj-Cox, T. (2005). Singles, society and science: Sociological perspectives. *Psychological Inquiry*, 16(2/3), 91-97. <https://www.jstor.org/stable/20447268>
- LeFebvre, L. E., & Carmack, H. J. (2020). Catching feelings: Exploring commitment (un) readiness in emerging adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 143-162. <https://doi.org/10.1177%2F0265407519857472>
- Leroux, A., & Boislard, M.-A. (2023). Exploration of emerging adult virgins' difficulties. *Emerging Adulthood*, 11(1), 121-132. <https://doi.org/10.1177/21676968211064109>
- McKeown, J. K. L. (2015). "I will not be wearing heels tonight!" A feminist exploration of singlehood, dating, and leisure. *Journal of Leisure Research*, 47(4), 485-500. <https://doi.org/10.1080/00222216.2015.11950372>
- McKeown, J. K. L., & Parry, D. C. (2019). First comes love, then comes marriage, then comes baby in the baby carriage? Exploring how women can use leisure as resistance to gendered ideologies. *Leisure Studies*, 38(2), 191-203. <https://doi.org/10.1080/02614367.2018.1553995>
- Neugarten, B. L. (1979). Time, age, and the life cycle. *The American Journal of Psychiatry*, 136(7), 887-894. <https://doi.org/10.1176/ajp.136.7.887>
- Nolan, J. M., Schultz, P. W., Cialdini, R. B., Goldstein, N. J., & Griskevicius, V. (2008). Normative social influence is underdetected. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(7), 913-923. <https://doi.org/10.1177%2F0146167208316691>
- Ochnik, D., & Slonim, G. (2020). Satisfaction with singlehood in never-married singles: The role of gender and culture. *The Open Psychology Journal*, 13(1), 17-26. <https://doi.org/10.2174/1874350102013010017>
- Pekel-Uludağ, N., & Akta, G. (2019). Young adults' perceptions of social clock and adulthood roles in the Turkish population. *Journal of Adult Development*, 26(1), 105-115. <https://doi.org/10.1007/s10804-018-9298-9>
- Pepping, C. A., MacDonald, G., & Davis, P. J. (2018). Toward a psychology of singlehood: An attachment-theory perspective on long-term singlehood. *Current Directions in Psychological Science*, 27(5), 324-331. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0963721417752106>
- Plummer, K. (1995). *Telling sexual stories: Power, change and social worlds*. Routledge.
- Pozner, J. L. (2010). *Reality bites back: The troubling truth about guilty pleasure TV*. Seal

Press.

- Rich, A. (1980). Compulsory heterosexuality and lesbian existence. *Sign*, 5(4), 631-660. <https://www.jstor.org/stable/3173834>
- Reynolds, J., & Wetherell, M. (2003). The discursive climate of singleness: The consequences for women's negotiation of a single identity. *Feminism & Psychology*, 13(4), 489-510. <https://doi.org/10.1177%2F09593535030134014>
- Roseneil, S., & Budgeon, S. (2004). Cultures of intimacy and care beyond 'The family': Personal life and social change in the early 21st century. *Current Sociology*, 52(2), 135-149. <https://doi.org/10.1177%2F0011392104041798>
- Sandfield, A., & Percy, C. (2003). Accounting for single status: Heterosexism and ageism in heterosexual women's talk about marriage. *Feminism & Psychology*, 13(4), 475-488. <https://doi.org/10.1177%2F09593535030134013>
- Sharp, E. A., & Ganong, L. (2007). Living in the gray: Women's experiences of missing the marital transition. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 831-844. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1741-3737.2007.00408.x>
- Sharp, E. A., & Ganong, L. (2011). "I'm a loser, I'm not married, let's just all look at me": Ever-single women's perceptions of their social environment. *Journal of Family Issues*, 32(7), 956-980. <http://dx.doi.org/10.1177/0192513X10392537>
- Sharp, E. A., & Keyton, K. (2016). Caught in a bad romance? The negative effect of normative dating and marital ideologies on women's bodies. *Sex Roles*, 75, 15-27. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s11199-016-0610-5>
- Simpson, R. (2016). Singleness and self-identity: The significance of partnership status in the narratives of never-married women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(3), 385-400. <https://doi.org/10.1177%2F0265407515611884>
- Simon, W., & Gagnon, J. H. (1973). *Sexual conduct: The social sources of human sexuality*. Aldine.
- Spielmann, S. S., & Cantarella, I. A. (2020). Fear of being single priming predicts maladaptive relationship pursuits. *Personal Relationships*, 27(4), 801-819. <https://doi.org/10.1111/pere.12348>
- Spielmann, S., S., MacDonald, G., Maxwell, J., A., Joel, S., Peragine, D., Muise, A., & Impett, E., A. (2013). Settling for less out of fear of being single. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(6), 1049-1073. <https://doi.org/10.1037/a0034628>
- Sprecher, S., & Felmlee, D. (2021). Social network pressure on women and men to enter a romantic relationship and fear of being single. *Interpersona: An International Journal on*

- personal Relationships*, 15(2), 246-261. <https://doi.org/10.5964/ijpr.6139>
- Strong, B., DeVault, C., & Cohen, T. F. (2005). *The marriage and family experience: Intimate relationships in a changing society*. Thomson Wadsworth.
- Taylor, A. (2012). *Single women in popular culture*. Palgrave.
- West, C., & Zimmerman, D. (1987). Doing gender. *Gender & Society*, 1(2), 125-151. <https://doi.org/10.1177%2F0891243287001002002>
- Whitman, D. (1998). *The optimism gap: The I'm ok-they're not syndrome and the myth of American decline*. Walker & Company.

收件日期：111年08月01日

一審日期：112年02月04日

二審日期：112年04月15日

三審日期：112年09月17日

接受日期：112年12月31日

Is Being Single Ok? Analysis of College Students' Conditions of Being Single from a Gender Perspective

Hsing-Chen Yang

Maan-Ling Chang*

Kaohsiung Medical University

Kaohsiung Medical University

Romantic relationships are regarded as a milestone in college students' developmental stage. Additionally, society and college culture demand that they leave their single status. College students visiting counseling centers commonly talk about romantic relationship problems. In response to college culture that emphasizes engagement in romantic relationships, college students are frequently troubled by the stress of being single when failing to meet this social and cultural expectation. However, research on singlehood has been neglected. This study explored college students' emotions, attitudes, and cognitions regarding their singlehood and examined sex differences in these psychological states. The effects of interpersonal interactions and sociocultural factors on individual psychological states and sex differences were also examined. A questionnaire was developed from an emic perspective, and the items were adapted from articles posted on the Dcard forum regarding experiences of single college students. Exploratory factor analysis was applied to these items at three levels, that is, individual psychological state, interpersonal interactions, and social culture. The questionnaire was administered online to 1,157 single college students. While singlehood was marked as a symbol of failure, exploratory factor analysis revealed that college students had diverse thoughts about singlehood, ranging from enjoyment to anxiety. To understand sex differences in individual psychological states, multiple regression analyses were conducted, with anxiety about being single, enjoyment of a single life, and attribution of single status to personal traits respectively as dependent variables, and sexual orientation and grade level as covariates. We hypothesized that sex differences in individual psychological states are mediated by interpersonal interactions and sociocultural factors. The results of the parallel mediation analysis are consistent with this hypothesis. Sex differences in individual psychological states are mediated by interpersonal and sociocultural factors. The results showed that male students are more

* Corresponding author: Maan-Ling Chang, email: maanling@kmu.edu.tw.

doi: 10.53106/172851862024090071004

anxious about being single and more likely to attribute singlehood to personal traits than female students. By contrast, female students were more able to enjoy their single lives than male students. Specifically, controlling for sexual orientation and grade level, the sex differences in anxiety about being single and attribution of single status to personal traits were fully accounted for by the interpersonal interaction factor "a sense of loneliness due to peer pressure." The sex differences in enjoyment of single life were partially accounted for by the interpersonal interaction factor "a sense of loneliness due to peer pressure" and sociocultural factor "social stigma about singlehood." This study shows that single female college students are better able to liberate themselves from the pressure of interpersonal networks and sociocultural factors. In conclusion, single male college students are more anxious about their single status and are more likely to make internal attributions because of the pressure caused by interpersonal networks, whereas single female college students are more able to free themselves from peer pressure and social stigma, therefore, enjoying their single lives. Based on the results, we propose suggestions for positive discourse on being single, providing relationship education and counseling for male students, and analyzing the effect of parents and peers on college students' perspectives on being single. This study explored college students' perspectives on being single and the impact of individual, interpersonal, and societal factors. To measure the psychological state of a single person, reliable and valid inventories, such as single anxiety, need to be developed. Additionally, qualitative research may provide a deeper contextual understanding of single individuals. Further quantitative and qualitative research is needed to gain insight into the promotion of the well-being of a rising single population.

Keywords: College students, gender norms, singlehood, single anxiety, relationships.