大學圖書館
20 卷 1 期（民國 105 年 3 月） 頁 26-49

電影對遭遇分手事件者之情緒療癒效用探析：以不同性傾向的大學生為例

Emotional Healing Efficacy of Movies for Undergraduates Suffering Breakups: From the Perspective of Sexual Orientation

陳書梅 Chen Su-may Sheih
國立臺灣大學圖書資訊學系教授
Professor, Department of Library and Information Science,
National Taiwan University
E-mail: synn@ntu.edu.tw

葉瑋妮 Wei-Ni Yeh
行政院文化部文化交流司專員
Executive Officer, Department of Cultural Exchange,
Ministry of Culture
E-mail: r96126007@ntu.edu.tw

【摘 要】

遭遇情緒困擾問題者，可透過觀賞適當電影，引發個人自我療癒的本能，從而平復其原有之負面情緒，此即所謂的「電影療法」。研究者曾以失戀大學生為研究對象，進行電影對其之情緒療癒研究，並已將部分研究結果發表為文。而在該研究中，有 2 位受訪者選擇觀看與自身性傾向不同之電影素材，並產生情緒療癒效用，此與過往文獻中，強調電影宜與當事者個人背景或生活經驗相似之療癒素材選擇原則不一致。爰此，研究者乃再檢視前述 2 位受訪者之訪談資料，藉以進一步深入探究不同於個人性傾向的電影素材，為何仍能對當事者產生情緒療癒效用。訪談結果顯示，無論電影係以同性戀情或異性戀情作為劇情主軸，受訪大學生均更加重視電影的情節與內容是否易使個人經歷認同、淨化、領悟之心理歷程。準此，對較能接受不同於個人性傾向之素材者而言，在選擇情緒療癒電影素材時，素材中角色的性傾向，並非影響當事者獲致情緒療癒效用的主要因素。

臺灣大學圖書館版權所有

收稿日期：民國 104 年 6 月 15 日；接受日期：民國 104 年 7 月 14 日 doi:10.6146/univj.20-1.0 2

【Abstract】

Undergraduate suffering from a breakup could soothe negative emotions and empower themselves by watching appropriate movies. This is an adaption of the so-called “movie therapy”. The researchers deployed semi-structured interviews to understand the emotional healing efficacy of movies for Taiwanese undergraduates with breakup problems, and part of the results of this research has been published. While former literatures had suggested the analogy between audience and characters of emotional healing materials, two interviewees of this past study had alternatively chosen movies contrast to their own sexual orientation and still underwent the experience of emotional healing. Thus, the researchers further discuss how and why the two movies help the interviewees with their emotional disturbance problems. The results reveal that, whether the setting and plot could personally induce identification, catharsis and insight from the plot and content of movies is more crucial for the interviewees. The fact that a movie focused on homo- or heterosexual relationship is less relevant. Based on the research result, as long as a movie possesses traits beneficial to emotional healing, it might remain a proper emotional healing material even the background setting is different from an audience’s personal experience.

關 鍵 字：電影療法；情緒療癒；大學生；分手；發展性書目療法

Keywords：movie therapy; cinematherapy; emotional healing; undergraduate; breakup; developmental bibliotherapy

壹、前言

研究指出，分手為臺灣大學生常見的感情問題（李佩怡，1996），至少有三分之一的大學生會在戀愛關係中遭遇分手事件（陳月靜，2001）。而大學生遭遇分手事件時，由於其情緒調適能力較為不足，易造成負面情緒積累（修慧蘭、孫頌賢，2003；羅子琦、賴念華，2010），若大學生無法適當處理負面情緒，則會影響當事者之身心發展，甚至引發相關社會問題（何炯榮，2010；俞泊霖，2010；黃寅、陳宏睿、陳秋雲，2014），爰此，吾人實應關注大學生的感情議題及後續情緒輔導工作。

相關文獻顯示，當遭遇挫折事件而衍生負面情緒時，部分大學生會選擇以閱讀調整情緒（陳書梅、洪新柔，2012； 羅 子 琦，2005；Morawski & Gilbert, 2000）。換言之，個人於閱讀時，可透過「認同」（identification）素材中的角色與情節而產生共鳴，並

臺灣大學學術資料庫

隨著故事的發展「淨化」(catharsis)內心之負面情緒，使心情恢復平靜，從而能讓當事者由角色的經歷中「領悟」(insight)應如何處理個人遭遇之問題，同時提升內在的自我挫折復原力(resilience)。如此，藉由適當的素材，使當事者產生上述認同、淨化、領悟之「情緒療癒效用」(emotional healing efficacy)，此乃是所謂「書目療法」(bibliotherapy)的精神所在(王萬清，1997；陳書梅，2010；Baruchson-Arbib, 1997; Sturm, 2003)。相關研究即指出，圖書資訊資源不僅具有知識性的功能，亦具備怡情養性的療癒性功能，能協助當事者個人心靈成長，並改善其生活品質(Baruchson-Arbib, 2000; Bodart, 2006; Russell & Shrodes, 1950)。而在各類型書目療法中，「發展性書目療法」(developmental bibliotherapy)是透過非醫學的方式，幫助一般讀者緩解日常生活中所遭遇的種種情緒困擾問題，從而得以使讀者的人格健全發展，並維持與促進個人之心理健康(Doll & Doll, 1997; Rubin, 1981)。一般而言，書目療法可運用的素材包含圖書資料與視聽資料(施常花，1988；陳書梅，2008；Hynes & Hynes-Berry, 1986)，電影亦在其中(Solomon, 1995, 2001)。而利用電影作為書目療法之素材者，即為「電影療法」(movie therapy, cinematherapy)(Hesley & Hesley, 2001; Jones, 2009; Solomon, 2001; Wolz, 2005)。

Roth(2000)之研究發現，即便故事情節相同，當今讀者觀賞電影的意願仍高於閱讀紙本書籍。再者，觀看電影所需的時間較閱讀紙本書籍為短，使用電影作為情緒療癒的素材因而蔚為趨勢(Portadin, 2006)。此外，現代之年輕人乃是圖像閱讀世代，電影有時較書籍更受歡迎(Peake, 2004)。且由過往之研究可知，大學生常藉由觀看電影，暫時逃避現實生活的壓力與問題，並認為電影是一種協助個人覺醒的工具(王靜蓉，1997；李克珍，1986)。然而，現存電影數量極多，Minow(2004)即指出，面對龐大的電影資料量及個別電影情節之複雜性，往往使有需求者不知如何挑選合適的情緒療癒素材。

事實上，在國外已有不少電影療法專書，針對當事者之年齡、性別及遭遇的不同情緒困擾問題，臚列具情緒療癒效用之電影素材，期能協助一般民眾選擇適合個人觀賞的電影(Minow, 2004; Solomon, 2005; Sturdevant, 1998)。至於臺灣之電影療法專書或書目，則有如王靜蓉(1997)之《電影修鍊魔法》，以及韓德彥(2010，2013)的《心理療癒DIY：韓心理師的電影處方箋》與《人生路上的心靈處方箋》兩本電影素材專書；再如，聞天祥(2008)亦曾為《康健雜誌》撰文，羅列出「最能解悶的十大電影」。

綜觀國內外文獻可知，目前雖已有電影療法的實證研究(邱亮基，2007；賴柔君，2009；Marsick, 2009; Solomon, 1995; Wooder, 2008)，針對兒童或青少年，探討電影對於增強正向態度、發展同理心，以及培養挫折容忍力等之影響。然而，卻尚未見以失戀的大學生為研究對象，探討觀賞電影對其

臺灣大學學術圖書館

負面情緒之舒緩效用。爰此，研究者曾進行「電影療法對因失戀而衍生情緒困擾問題之大學生的情緒療癒效用」之研究，結果發現，適當的電影素材對當事者具有一定的情緒療癒效用。

惟經研究者深入檢視該研究之訪談結果，發現於受訪大學生中，受訪者 C 與 N 均係因分手事件而衍生情緒困擾，且性傾向為同性戀之受訪者 C，選擇觀看描寫異性戀愛關係的電影《愛情合作社》（Le Divorce），而異性戀之受訪者 N，則選擇觀看以同性間愛情為主軸的電影《斷背山》（Brokeback Mountain），換言之，2 位受訪者皆選擇觀看與自身性傾向不同之電影素材。同時，透過此二部電影，受訪者 C 與 N 皆可經歷完整的認同、淨化、領悟之心理歷程。此現象不同於既有文獻所提出的觀點，亦即，在選擇情緒療癒電影時需注意素材與觀影者個人背景因素之相似度，如性別、年齡、人格特質、教育程度、生活經驗、文化、個人喜好等。有鑑於此，研究者歸納此二部電影之訪談結果，針對「觀賞不同於個人性傾向之電影素材，是否可使因分手事件而衍生情緒困擾問題的大學生達致情緒療癒效用？」的問題，進一步深入探討之。研究者期能藉此厚實情緒療癒電影素材選擇原則的理論基礎，同時亦能供有電影療法需求者，於選擇相關素材時作為參考。

貳、文獻回顧

以下分別探討大學生的分手事件、書目療法與電影療法之相關文獻。

一、大學生的分手事件

大學生介於青少年期與成年期之過渡階段，此階段的任務之一即在於學習如何與他人建立親密關係（Erikson, 1968, 1993）。然而，大學生亦常需面對親密關係的終結，陳月靜（2001）綜整關於大學生分手事件之研究發現，有戀愛經驗的大學生中，至少有三分之一需面對分手問題。相關研究顯示，分手之因素包含內在因素及外在因素兩種。其中，內在因素係指親密關係中個體的自身條件，如年齡、外型、性格、價值觀、文化等，以及交往雙方之互動方式等因素不同，如期待落差、投入程度、欲與對方維持關係之依附程度、需求滿足程度、理想抱負等；而外在因素則為個體自身條件與雙方互動方式以外之因素，如時間距離、空間距離、其他人選及父母反對等（柯淑敏，1996；陳月靜，2001）。

大學生遭遇分手事件後，會衍生震驚、哀傷、自責、憤怒等負面情緒（修慧蘭、孫頌賢，2003；劉惠琴，1995；羅子琦、賴念華，2010）；甚至有部分大學生即使經過一年以上的時間，仍無法從分手的困頓經驗中復原（吳宣瑩，2008）。相關文獻即指出，倘若大學生在分手後無法妥善調適個人之情緒與想法，則將影響其身心正常發展，造成自信心低落、不信任感情，甚或因積怨而對異性存有扭曲的印象，如此可能對未來之親密關係

臺灣大學學術典藏

發展產生不良影響（吳宣瑩，2008；Levinson, Darrow, Klein, Levinson, & McKee, 1978）；相對地，若大學生能以良好的態度處理分手事件所帶來的負面情緒，則對其未來與他人發展親密關係將有正面影響（羅子琦，賴念華，2010）。

二、書目療法與電影療法

書目療法，亦可稱為書目療癒或「療癒閱讀」（healing reading），其乃是心理治療的一種輔助方式。遭遇情緒困擾問題者，可透過閱讀適當之圖書資訊資源，從混亂無助的心理狀態，轉移至認同書中角色的遭遇，並淨化自身的負面情緒，從而得以使當事者領悟到個人所面臨的問題與困境，並積極克服之（陳書梅，2014；Doll & Doll, 1997; Jones, 2001）。書目療法有不同的類型，其中，「發展性書目療法」（developmental bibliotherapy）又稱為「隱性書目療法」（implicit bibliotherapy）（Jackson, 1962）或「教育性書目療法」（educational bibliotherapy）（Rubin, 1979），係以適當之圖書資訊資源作為媒介，並以閱讀作為情緒療癒的一種方式，其係針對一般人或有輕微情緒困擾問題者，協助其處理混亂、沉鬱的負面情緒，克服心理與行為上之障礙；並從閱讀素材中找尋正向解決的方法，使當事者產生新的認知態度與行為，最終能夠恢復身心的安然恬適，達到「情緒療癒」之效（施常花，1988；陳書梅，2010，2014；Cook, Earles-Vollrath, & Ganz, 2006; Hébert & Kent, 2000）。發展性書目療法為一種非正式的介入方式，其可由當事者本人、師長、親友、圖書館員、助人工作者或心理醫師等施行之，其目的在於透過閱讀，協助讀者減輕情緒困擾問題，引導當事者產生積極進取的態度，以面對當下之困境，並達到良好的社會適應（McMillen, 2014; Pardeck & Pardeck, 1984; Sturm, 2003）。

相關文獻指出，適合用於情緒療癒之圖書資訊資源，並不僅限於印刷資料（施常花，1988；陳書梅，2008；Hynes & Hynes-Berry, 1986），電影亦為可運用的素材類型之一（Solomon, 1995, 2001）。Nikkhah（2005）、Solomon（1995）及 Wooder（2008）等人皆曾提及，藉由觀賞電影，人們可以照見自己於現實生活中的情境，並能快速地了解到個人未覺知的感受與負面情緒，甚至意識到自身不願承認之情緒困擾問題，並促使當事者以積極態度解決問題。具體而言，電影療法係針對不同個體的情緒困擾問題，提供適合之電影素材，以觀賞電影作為輔助心理治療的工具（Wooder, 2008），其原理與發展性書目療法相同，亦即，在自行觀賞具有情緒療癒效用之電影時，遭遇日常生活中挫折事件的讀者，會經歷認同、淨化、領悟等心理歷程，藉以達到舒緩負面情緒的效果（Hesley & Hesley, 2001; Jones, 2009）。

詳言之，施行電影療法時，觀影者會專注在角色間的關係，並以個人的認知去分析和認同故事中的角色，進一步將電影情節連結至個人生活中相似的

臺灣大學學術期刊專用

經驗（Karlinsky, 2003），如此，當事者即經歷認同階段。另一方面，電影慣常以感性而非理性的方式傳達特定訊息，故較易使觀影者敞開心胸，抒發壓抑於內心的負面情感，以獲致情緒之淨化（Wolz, 2010）。此外，電影以隱喻（metaphor）方式傳達一些不適宜直接述說的建議，引導當事者進入領悟階段，如此可降低直接討論個人敏感議題的緊張感（Hesley & Hesley, 2001; Madison & Schmidt, 2001）。

許多專家學者皆主張，電影固然具有適用性高、取得容易、具聲光效果等優點，然仍需慎選電影療法之素材，方能發揮對當事者之情緒療癒功能。如 Hesley 與 Hesley（2001）二人提及，選擇情緒療癒電影時，需考量觀影者的年齡、性別、教育程度等個人背景因素。此外，Franck（2008）亦專文引述電影療法專家 Mück 的看法，Mück 認為，若電影情節與觀賞者之個人背景相同，則該電影能協助其達到認同的效用，亦能從中發現個人的問題，因此，在選擇電影時宜注意觀影者本身之背景因素。而 Knickerbocker（2009）的研究則指出，在選擇電影素材時，需考慮電影主角與當事者之性別是否符合（gender match）之因素。綜上所述可知，許多電影療法的研究者主張，選擇情緒療癒電影時，需考量電影與觀影者個人背景與生活經驗之相似度。換言之，何種電影適合觀影者，需視觀影者個人背景因素與影片間的相似度而定。

參、研究方法與研究設計

本文係研究者於 2011 年進行之「電影對失戀大學生之情緒療癒效用分析研究」的資料之衍生分析。由於前此研究結果顯示，有 2 位受訪者選擇觀看與自身性傾向不同之電影素材，且獲致完整的認同、淨化、領悟之情緒療癒效用，此現象與相關文獻所指出，當事者個人背景宜與電影角色有較高的相似度並不一致。而質化研究的本質，即在於探索性地發掘某些現象，並嘗試加以詮釋，倘若在研究中，有不同於過往理論的新發現，即值得提出討論。換言之，質化研究的異質性案例，能擴展研究的視野（陳向明，2002；鈕文英，2007）。因此，本文聚焦於探討前此研究中，2 位遭遇分手事件的大學生，為何在選擇與觀看不同於自身性傾向的電影後，仍可產生情緒療癒效用。藉此，本文不僅就當事者個人背景因素的視角，深入探討電影對遭遇分手事件之大學生的情緒療癒效用，同時亦期能厚實相關理論的基礎。

而本文所分析之訪談內容，乃是上述研究所蒐集之部分資料。因此，為完整呈現本文所分析的資料之詳細脈絡，研究者將前此研究之研究對象、研究實施步驟，以及資料分析方式敘述如下。

一、研究對象

由於本研究涉及個人隱私議題，需要受訪者回答其內心的真實感受與戀愛經驗，因此，本研究採取立意取樣法

臺灣大學學術期刊資料庫

（purposive sampling），尋找年齡介於 18 歲至 24 歲，仍處於因分手事件造成之情緒低潮中，並願意分享個人戀愛相關經驗，且觀賞電影意願高的大學生。研究者透過國內最大的電子佈告欄「批踢踢實業坊」（telnet://ptt.cc）中關於電影及戀愛關係的看板，以及其他相關社交網站，張貼徵求受訪者之訊息。此外，研究者亦經由人脈關係尋求符合資格者。最終，本研究共訪談 14 位受訪者，包含前導研究之 3 位及正式研究之 11 位。

二、研究實施步驟

研究者首先蒐集大學生與分手事件、書目療法及電影療法等相關中英文文獻，其次分析文獻，以了解遭遇分手事件的大學生之情緒困擾問題、其對分手事件的情緒反應，以及電影療法實施等之相關議題。同時，研究者由相關書目，如 Solomon (1995)、Hesley 與 Hesley（2001）及 Kalm（2004）等人所著之電影療法素材專書，以及批踢踢實業坊之 movie 板與個人部落格等網路平臺中，蒐集適合遭遇分手事件的大學生觀賞之情緒療癒電影素材，並徵求遭遇分手事件的大學生為受訪者，進行電影觀賞及後續之半結構式深度訪談。

詳言之，研究者根據研究目的與文獻回顧結果，分別針對經由內容分析法所初步選擇的 14 部電影，擬訂半結構式深度訪談之訪談大綱（詳見附錄），並於 2010 年 8 月間，徵求 3 位遭遇分手事件之大學生進行前導研究，以確定訪談大綱之問題可讓受訪者理解。而根據前導研究結果，研究者確定訪談大綱能充分獲得資料，因此沿用該訪談大綱進行正式訪談。此外，由於前導研究所獲之訪談資料豐富，亦具研究分析價值，因此亦將其納入本研究分析資料中。至於正式訪談則於 2010 年 8 月至 2010 年 11 月之間進行。而本文則聚焦於呈現本次研究之全部 14 位受訪者中，選擇觀賞主題不同於個人性傾向之電影的 2 位受訪大學生之訪談結果。

無論前導研究或正式研究，本研究均安排受訪大學生進行兩次訪談。於第一次訪談中，研究者與受訪者進行約 30 分鐘之面談，以了解受訪者的戀愛經驗、分手原因、歷程及分手後之情緒困擾問題等事項。之後，研究者提供與當事者分手經驗相似的數部電影，由受訪者自行選擇其中一部作為觀賞之素材。至於第二次訪談則係透過半結構式深度訪談法，探討受訪者所觀賞的電影是否對其具有情緒療癒效用，每位受訪者訪談時間約為一個半小時至兩小時。研究者透過面對面的訪談，蒐集受訪者之經驗與意見，並立即針對語意不明確之處提問，藉此深入探討大學生對個別電影內容和情節所產生的不同反應，以確認其內心之真實感受與主觀認知。而倘若受訪者提及電影中的特定場景，則研究者亦當場播放該片段以進行確認，並深入討論該場景之內容。此外，在兩次訪談過程中，研究者均於徵求受訪者同意後，以錄音方式全程記錄訪談內容，以利後續之資料整理與分析。

臺灣大學學術資訊庫

三、研究資料分析

為保護受訪者隱私，研究者依訪談之先後順序，分別以大寫英文字母 A、B、C 等代碼代表受訪者。其中，受訪者 A 至 C 為前導研究之訪談對象，D 至 N 則為正式訪談對象。訪談結束後，研究者將每位受訪者的兩次訪談資料分別謄寫為兩份逐字稿，以編號 1 或 2 標示之。隨後，研究者即以內容分析法分析訪談資料，藉以了解當事者觀賞的電影素材，是否能對其產生情緒療癒效用。具體言之，研究者根據相關文獻中的認同、淨化、領悟之情緒療癒效用機制，分析受訪者於訪談中所提及之心理歷程，並予以編碼，以便將相同概念之段落歸納至相同類別中。

本研究中引用之訪談內容皆註明出處，包括受訪者代碼及段落編號，研究者將節錄之訪談內容置於引號「　」中，以刪節號…標示研究者未節錄之部分段落或文字，並於節錄之內容後以括弧（　）標示逐字稿出處。此外，由於將訪談內容謄打為逐字稿後，不一定能完整呈現受訪者當場以口頭及肢體語言表達之意，或因受訪者基於前後語句間之相互關係，而在敘述時省略部分詞句，基此，研究者以方括號 [ ] 補充受訪者略去的詞句，用括弧（　）標記研究者的補充說明。如下所示：

「…他（電影《斷背山》之主角 Ennis）可能在這邊（斷背山）很快樂，可是他還是得回到現實。…後來感覺只是盡了他自己一個義務的感覺。我會覺得說，他是不是只是要去實踐他作為一個男人該成家、生小孩，然後賺錢養家的這種 [義務]。但是，我會想說，他到底是不是真的喜歡她（Ennis 之妻子 Emma）…」（N:2, 41, 47-50）

上文引用第二次訪談受訪大學生 N 之訪談逐字稿的第 41 行及第 47 至 50 行部分，其中，受訪者 N 談論到電影的特定人物，但係使用代名詞「他」、「她」、「這邊」，為讓受訪者語意更為明確，研究者乃在受訪者描述之後註記電影中角色名及地名，並補充訪談逐字稿之文字中無法完整呈現受訪者語意之處。

而由於進一步檢視訪談結果後發現，同性戀受訪者 C 及異性戀受訪者 N 均選擇觀賞不同於個人性傾向的電影素材，此研究結果與過往之電影療法相關文獻的觀點並不完全一致，故本文將研究結果分析之重點，聚焦於觀賞不同於個人性傾向的電影素材對當事者之情緒療癒效用方面，藉以深入探討 2 位受訪者 C 與 N 對與個人性傾向不同的電影《愛情合作社》及《斷背山》之觀後心得。透過對 2 位受訪者之特殊案例資料的分析，本研究期能達到對研究問題更透徹的理解，而未來之研究可就此議題，進一步地徵求更多遭遇分手事件的大學生進行研究，將探討之範疇加深、加廣，藉以深化書目療法之理論基礎。

肆、研究結果

誠如前述，本文係針對異性戀受訪者 N 與同性戀受訪者 C 的分手事件與情緒困擾問題，以及兩位受訪者分別經

臺灣大學學術期刊典藏

由觀賞不同於自身性傾向之電影素材，所產生的認同、淨化及領悟之情緒療癒效用，進行分析與探討，詳如下述。

一、異性戀受訪大學生 N 與描述同性戀愛情之電影《斷背山》

(一) 異性戀受訪大學生 N 之分手原因

受訪者 N 與前男友在高中階段交往，但升上大學後，相處模式因兩人不同校而轉變。N 希望能擁有較多個人隱私，且欲多認識新朋友，因此主動向前男友提出分手要求。N 自述其與前男友之分手經驗如下：

「那時候上大學，很新鮮，認識很多人，就覺得我們一直以來的模式都是會一直管對方，管得很緊…可是大學這個環境怎麼可能完全不跟異性有交流？…那時候就覺得想改變這種模式，可是又覺得已經這麼久了，不是說變就變。所以就有點自私，我就先提分手。」（N:1, 34-37, 43-45）

(二) 異性戀受訪大學生 N 因分手事件衍生之情緒困擾問題

大學生 N 於分手後希望挽回前男友而遭拒絕，使受訪者 N 於分手後，時常因聯想到分手事件而哭泣，導致情緒低落及無法集中精神行事。根據 N 之自述，其分手後過著如同「行屍走肉」般的生活，甚至覺得自己像個「神經病」。且 N 雖在與前男友分手後展開新戀情，但最終仍因對前男友念念不忘而無法真正接受新男友，並因此主動結束與新男友的戀愛關係，此亦使大學生 N 對新男友產生愧疚感。受訪大學生 N 之心路歷程如下：

「想要去挽回他…他又不想理我了…有一種很絕望 [的感覺]，而且那時候每天幾乎醒來想到就會哭一下，睡前也是哭著睡著…就也是跟行屍走肉一樣，有時候搭捷運還會自己在那邊在捷運上哭，就是很像神經病…」（N:1, 50-51, 158-159, 167-168）

「會有點想要藉由交男朋友來忘記他，但是通常在一起不久又會發現根本沒有人可以取代他…有幾個 [新男友] 是感覺他們真的對我很好，很用心，我現在想起來會覺得滿對不起他們的…」（N:1, 99-100, 179-180）

(三) 描述同性戀愛情之電影《斷背山》對異性戀大學生 N 之情緒療癒效用

由於 N 與前男友之分手原因主要係「欲與對方維持關係之依附程度不同」，研究者乃根據已整理的電影清單，選出劇情描述戀愛關係中彼此依附程度不同的兩部電影《戀愛沒有假期》（The Holiday）及《斷背山》。其中，前者描述兩位甫與男友分手的女子，決定藉短期交換住處平復情傷，並重新檢視過去經營感情的方式；後者則聚焦於兩位主角在保守的社會環境下，面對彼此間同性戀情之不同態度。而異性戀之受訪者 N 於兩片中，選擇描述同性戀情之電影《斷背山》作為其觀賞的電影素材。

電影《斷背山》之劇情描述牧場青

臺灣心理學術期刊

年 Ennis 與牛仔 Jack 兩人，在美國懷俄明州（Wyoming）的斷背山相遇，進而產生情感並且相知相惜。然而，在保守的社會壓力下，兩人只能無奈地分別結婚、生子，但兩位主角仍維繫了 20 年的感情關係。最後，由於 Ennis 與 Jack 囿於現實生活條件的差異，以及社會壓力與價值觀的不同，致使兩位主角無法相守。《斷背山》對受訪者 N 之情緒療癒效用如下所述。

1. 認同

受訪大學生 N 覺得主角 Jack 勇於追尋個人欲求的事物，以及較不在乎他人看法的個性，與自己較為相似。且受訪者 N 亦表示自己和 Jack 在面對問題時，皆會表現出堅強且不輕易向他人示弱的姿態。此外，N 在前段交往關係中的角色和 Jack 較為相像，屬於較主動、付出較多心力的一方；至於前男友的個性則與 Ennis 相似，通常較為被動。

「…我比較像 Jack 的個性…會故作堅強…比較愛逞強…吵架也不喜歡當先低頭的那個人…喜歡一個人的話，會…努力去做所有能做的事情…比較我行我素吧，我不管外界的看法…會一直覺得自己付出的比較多，得不到同樣的回報…（Ennis）滿像我之前那個男朋友，他可能分手了也不太會主動找我。」（N:2, 18, 133-134, 245-247, 259-261）

電影中有兩個場景讓受訪大學生 N 產生認同作用。其中，主角 Jack 死亡的情節，讓 N 回想起其過去曾假想，因自己不在人世而喚起前男友重視的景況。而兩位主角 Jack 與 Ennis 在斷背山分離的一幕，令受訪者 N 回想起自己與前男友分別的經驗。N 認為自己也如同 Jack 般，較會對離去的人表現出留戀之情，並且希望看到對方做出回應。如 N 提到：

「…我那時候還以為 Jack 故意假裝死掉，因為我…很難過的時候，也有想說：『如果我死掉了，他（受訪者 N 的前男友）會不會才發現他很愛我？』…他（Jack）離開的時候，從後照鏡看 Ennis 的那一幕，因為我不喜歡看到別人送我回家的時候離開的那種背景的感覺，每次我都是會看別人背影看比較久的那個人…我跟他（受訪者 N 的前男友）去聖誕舞會那次，後來我們就一起去吃早餐，吃完他送我到公車站搭公車回學校，我就從公車上一直看他，看到他不見…」（N:2, 268-269, 329-331, 344-345）

2. 淨化

片中有兩個場景讓受訪大學生 N 隨著角色人物的情緒起伏，進而得以釋放出個人的負面情緒。其中一幕為兩位主角分離一年後，Jack 回到斷背山詢問農場老闆關於 Ennis 的消息，老闆卻投以輕蔑的眼神。此橋段不僅使 Jack 的內心深受打擊，亦使得大學生 N 感染到 Jack 的難過情緒。最後，在 Ennis 得知 Jack 因意外身亡後，一開始顯示出震驚且不可置信的情緒反應，接著轉變為難過及懊悔之情，此一橋段讓受訪大學生 N 亦能隨著 Ennis 的心境轉折，感受到該角色的傷心與悔恨之意。如大學生 N 所述：

臺灣大學學術研究倫理

「…Jack 後來跑回農場…老闆暗示…知道他（Jack）是 Gay…那種眼神，感覺超受傷…」（N:2, 403-406）

「應該一開始是不敢相信，後來相信了之後一定是很難過啊…他（Ennis）聽到他（Jack）過世是很難過，而且我覺得他（Ennis）會後悔…」（N:2, 92-96）

3. 領悟

由《斷背山》一片中，受訪大學生 N 領悟到，自己容易為他人投注較多心力，但卻常得不到相應的回報。因此個人應該要適時地保護自我，避免一開始即毫無保留、全心全意地投入感情與精神在他人身上。此外，相對於工作，主角 Jack 花費較多心力在愛情方面的作法，促使受訪者 N 意識到，以往自己將愛情看得太重，興趣或工作也應是人生中重要的努力目標。如 N 所言：

「我跟 Jack 一樣，一直想要努力去改變別人的時候，有時候別人不見得領情…所以有時候多保護自己…有時候還是要收一點，不要投入那麼多…我以前可能也是把愛情放在第一，現在如果我真的有找到喜歡做的事…我兩個會比較擺在相等的位置。Jack…太重視愛情了…在工作這方面他也沒有很盡力。」（N:2, 475-480, 566-568）

受訪者 N 雖從主角 Jack 的行為表現中，體悟到個人應收斂自己毫無保留付出的個性；但由於另一位主角 Ennis 消極的觀念和態度，導致雙方的關係以悲劇收場，因此大學生 N 亦認為，若個人遇到心儀的對象，則不應為現實環境所囿，而需即時向他人表達自己的情感。另一方面，對照 Ennis 對生活的消極態度，受訪大學生 N 領悟到，積極作為方能成就一番事業。如 N 提及：

「他（Ennis）會害怕外界的眼光…太理性去思考事情，所以最後…錯過了 Jack…我可能一開始…會跟我喜歡的人在一起…我不太認同 Ennis 的人生態度…我會覺得他一輩子都沒什麼出息。因為我會想當個滿有用的人…」（N:2, 8-9, 552-555）

觀賞完電影《斷背山》後，受訪者 N 體會到應該要改變自己的心態，以較成熟的態度來面對個人的感情問題。且 N 亦能理解隨著年齡增長，感情關係所要考量的因素變多，個人不應再恣意行事。

「…覺得長愈大，談的感情就不能像以前那麼單純，或是想要喜歡誰，想要做什麼就做什麼…覺得長大要考慮得比較多…不能再像以前一樣，很任性地去做事情…」（N:2, 499-502）

二、同性戀受訪大學生 C 與描述異性戀愛情之電影《愛情合作社》

(一) 同性戀受訪大學生 C 之分手原因

受訪大學生 C 與前男友不同校，兩人在網路上相識，進而交往並同居，關係相當緊密。由於 C 先前並未向父母表明自己的性傾向，在家長得知後，受訪者 C 因家庭壓力而被迫向前男友提出分手要求，並搬回家中居住。大學生 C 述說母親反對雙方交往的過程如下：

臺灣人學術專業網庫

「她（受訪者 C 的母親）就說你不能再跟他（受訪者 C 的前男友）來往，也不能再見到他…我就傳簡訊跟他說，我們可能不能再見面了…我媽是跟我說，如果我再跟他見面的話，她就死給我看。」（C:1, 32, 36-37, 43-44）

在分手後，大學生 C 仍希望能與前男友維持可保持聯繫並互相關心的朋友關係，但其前男友對此表現出拒絕之態度，且表示不能諒解 C 對分手事件的處理方式。C 言道：

「他（受訪者 C 的前男友）事後是跟我說，他對於我這個點（處理分手事件之方式）他很不能諒解…我那時候是想說，就不要連聯絡都不聯絡。可是…他覺得我不應該再這樣子去找他了…他一開始就是覺得說，我媽來找我 [要求我們分手] 的那天，我的態度讓他很失望…」（C:1, 38, 62-63, 68-69, 72）

(二) 同性戀受訪大學生 C 因分手事件衍生之情緒困擾問題

受訪者 C 提到，前男友拒絕保持關係的反應，讓個人內心感到非常困惑及沮喪，同時希望能了解前男友態度丕變的原因，如下所述：

「一開始…每天不是處於一個很難過，就是一個很不能接受的心情…我可能沒辦法正確地了解說點（分手的原因）是什麼，我一直都還在想說，為什麼他可以切得這麼地清楚。」（C:1, 144, 168-169）

此外，在表明性傾向後，家人對受訪大學生 C 的態度讓其感受到壓力。C 不能接受家人對同性戀者之刻板印象，而家人之責難行為更影響到 C 之自我認同。換言之，在與前男友分手後，大學生 C 同時承受失去交往對象以及家庭責難的雙重壓力，因而感到心力交瘁。C 闡述其分手後之心路歷程如下：

「一直跟我媽吵架、談判…有一種兩頭燒的感覺…他們（受訪者 C 的家人）對於這個性向的東西並不是很認同，覺得說，這可以改變…也說，同性戀…生活模式很不好…我想證明說，現在社會看同性戀的眼光，已經不像我媽那種想法了，我的同學都可以接受啊…對於認同這件事情，讓我覺得說，我為什麼一定要照著我媽媽，她的意思…試著去跟女生交往…」（C:1, 127-129, 133-135, 155-156, 159-161）

而受訪者 C 表示，在分手事件發生後，其情緒不時起伏，常在悲傷、低落與平和、開朗之間擺盪，對於分手事件的認知也呈現週期性的變化。C 所言如下：

「我覺得，有時候很痛苦，有時候不會很痛苦…我不知道每個人是不是一樣，但我就是變化比較多一點，就是說心情的變化…也是隨時都在變吧…[有時會覺得] 很好了，不會怎麼樣，可以接受 [分手] 了！」（C:2, 213-216, 220）

(三) 描述異性戀愛情之電影《愛情合作社》對同性戀大學生 C 之情緒療癒效用

由於性傾向為同性戀之受訪大學生 C 的分手原因主要係由於「父母反對」，研究者乃根據電影清單，選出與父母反對戀情相關的影片，包含《春

臺灣大學學術資料庫

心蕩漾》（Prime）、《愛在暹邏》（The Love of Siam）及《愛情合作社》等三部。其中，《春心蕩漾》之劇情為母親反對兒子與年齡較長之女性交往，《愛在暹邏》描述母親反對兒子與同性好友的情誼，至於《愛情合作社》則是討論家庭對女兒戀情施加反對壓力。而於上述三部電影素材中，同性戀之受訪者 C 選擇觀賞描述異性戀愛情之電影《愛情合作社》。

《愛情合作社》敘述一對姊妹在異國戀愛的故事。女主角之一的姊姊 Roxeanne 是懷孕的美國詩人，但其法國丈夫 Charles-Henri 卻外遇且提議離婚。為此，另一主角 Isabel 乃由美國前往巴黎陪伴姊姊 Roxeanne 待產，期間卻愛上姊夫 Charles-Henri 的叔叔——已婚的法國外交官 Edgar。Isabel 的戀情受到雙方家人反對，而 Edgar 對感情的遊戲態度也讓 Isabel 感到痛苦。最後，姊姊 Roxeanne 對離婚之事釋懷，產下孩子並開始新戀情，妹妹 Isabel 也在思考未來後，決定離開已婚的男友 Edgar，尋找更適合自己的對象。電影《愛情合作社》對受訪大學生 C 之情緒療癒效用，詳如後述。

1. 認同

本片之場景與角色皆能使受訪大學生 C 產生強烈的認同感。電影中，共有三個場景讓受訪者 C 覺得彷彿看到自己。其中，第一個場景係女主角 Roxeanne 因無法承受離婚的壓力而試圖自殺，此橋段讓 C 發現自己的想法與女主角十分相似，大學生 C 自述，個人在分手後也曾有過自殺之念頭，因此可以認同及理解 Roxeanne 的動機和行為。

「我覺得她（Roxeanne）為什麼想要割腕是因為她放不下這段感情…其實我也一直會有這種想法…[跟前男友分手之後] 這段期間，都有想過這樣活著有什麼意義，所以對自殺這個事情，我還滿敏感的…」（C:2, 23, 27-28）

第二個讓受訪大學生 C 產生共鳴之場景為姊姊 Roxeanne 在片中讀詩的橋段。C 覺得該詩的意涵與自身的想法相近，亦即，其認為，未來將再難有其他人較個人更適合作為前男友的伴侶。

「她（Roxeanne）在書店裡面讀詩…我覺得我以後一定會有這種感覺，如果我知道 [受訪者 C 的前男友展開新戀情] 的話…比如說他跟另外一個人在一起了，我就會想說，到底還有誰比我好的？」（C:2, 124-125, 135, 138-139）

最後，女主角 Roxeanne 與丈夫吵架的場景，則讓受訪大學生 C 聯想起，自己在吵架時亦會有翻舊帳的行為。受訪者 C 敘述觀影心得如下：

「吵架的人最會做這種事情。你之前就說過什麼啊，你怎麼可以這樣…我之前在爭執的時候也是這樣子。」（C:2,175-176）

除此之外，在角色方面，受訪大學生 C 比較女主角 Roxeanne 經歷的情緒起伏與自己的狀況，認為個人目前所屬的階段與 Roxeanne 在電影前半部的經歷相似，皆係處於無法接受戀愛關係結束以及想要探究分手原因的狀態。如 C 所言：

「我可能還處於一個比較不能

臺灣大學學位論文

接受結束的這個狀態，可能跟她（Roxeanne）前 [面]、中間比較像，還就是希望說，有一個彼此可以了解說事情為什麼會變成這樣子的一個空間，也就是我還想要去了解、想要知道為什麼 [分手]？…我覺得我處理的方式跟她滿像的，一開始是處於不能接受的態度，中間會想自殺…我現在的情況是處於說，我還沒有去放下之前的人。」（C:2, 225-227, 247-250）

至於另外一位女主角 Isabel 的戀情，亦讓受訪大學生 C 感覺到與自身經驗之相似處。例如 Isabel 因男友 Edgar 不同於個人的專業背景而對其傾心，讓 C 意識到自己也是受前男友的見聞所吸引。而女主角與 Edgar 之戀情受到家人反對，以及 Isabel 覺得男友 Edgar 的熱情不再等之劇情，亦讓受訪大學生 C 認為個人和前男友的交往關係與 Isabel 的戀情有共通點，因而經歷認同之歷程。如 C 所述：

「她（Isabel）的情夫（Edgar）是從政的…她是學文學…這方面有一點差距…他（受訪者 C 的前男友）講了一些我不知道的事情…我覺得，我有被這一方面的特質吸引… 她（Isabel）會覺得，她這麼地年輕，這麼地有魅力、吸引力，然後跟他（Edgar）交往的時候，他是那麼地愛她。或許我自己一開始的時候也會有這種感覺。我就想說，你（受訪者 C 的前男友）那時候是這麼地愛我，那你為什麼會這麼快地就把我放掉，我也會有這種類似的感覺…如果說父母不能夠接受這一塊的話，我覺得我是跟 Isabel 比較像…還有 Isabel 的戀愛是屬於比較不能被世人接受的愛，這一部分跟我比較像。」（C:2, 40-42, 52-54, 111-114, 239, 243-244）

2. 淨化

本片女主角 Roxeanne 起初因察覺丈夫有意離開自己而感到忐忑不安，之後面對離婚事件，Roxeanne 又因無法捨棄對丈夫的感情，而在理性與情感之間拉扯，此等心境轉折皆使得受訪大學生 C 同情女主角 Roxeanne 之遭遇，同時，C 的心情也隨著女主角之不安、無法割捨等情緒反應而起伏。受訪者 C 之敘述如下：

「她（Roxeanne）沒有辦法割捨這段回憶…雖然他（Roxeanne 的丈夫 Charles-Henri）有外遇，她也知道，但一開始她就是沒辦法放下…想要割腕是因為她放不下這段感情…我就會把專注力放在她身上，而且我覺得她很漂亮、很可憐…其實她可能已經隱隱地覺得說她老公要離開她…不是忽然的。或許在之前、之後已經有一些不安的成分。」（C:2, 7, 11-12, 22, 92-94, 169-171）

在電影《愛情合作社》的片尾，女主角 Roxeanne 的離婚事件因丈夫的意外死亡而終結，使原先陷溺於痛苦情緒中的 Roxeanne 不再迷惑、掙扎，被遺棄而產生的負面情緒也同時得到釋放。受訪大學生 C 在觀賞此部分劇情時，能感受到與女主角相同之解脫感。如 C 所言：

「她老公就死了…跟她講的話一樣，一死了之。她解套了…當她老公死掉的那一瞬間，一個失去真愛的感覺，還是說，她終於從那份感情之中解脫

臺灣大學學術倫理講座

了…真正的解脫…那個人真真正正的不在了，確定他不在了，你才會解脫…她已經走出來了。」（C:2, 16-18, 202-203, 238）

3. 領悟

本片讓受訪大學生 C 聯想到大眾對法國的印象，並比較電影中美國與法國雙方家族處理感情事件的態度，也因而學習到，面對問題時並非僅有理性或感性的選項，而是可以用感性的態度理智地處理分手事件。如受訪者 C 所言：

「一般人的想像中，法國是一個很浪漫的，可是，其實他們（美、法雙方家族）在處理浪漫這件事情…是用一個很冷的、很理性的方式去處理，他們好像都知道接下來會怎樣，不會有太多的爭執…你可以很浪漫也可以很理性。一般人在講浪漫這件事情的時候都是跟感性連在一起的，但其實浪漫也可以是很理性的事情。我好像也學到了一些事情，比如說可以很理性地去浪漫。」（C:2, 145-154）

受訪者 C 分析片中不同角色分手後的處理方式及結果，意識到自己的分手事件應該也有多種可能的結束方式，即使暫時無法從分手事件造成的傷痛中走出來亦無妨。C 講述其領悟到之心得如下：

「不一定要是這個樣子，其實你永遠都不會解脫也不會怎麼樣…永遠都沒有解脫的人也是很多的…我最想要的終點，就是這一段痛苦已經結束了…我們（受訪者 C 與前男友）可以恢復到某一種關係，譬如說一開始無話不聊的狀態…當然，也可能是一段新的感情…所謂的終點，第一個就是最好的情況，第二個就是死亡啦，第三個就是說我還會想他，可是我不想跟這個人在一起，這也算是一個終點，這也包含在第一個裡面。那可以把他分開來，一個就是我們又在一起，一個是我們可以若無其事的來往，第三個就是你死我亡。這個電影好像就是這三種方式，但第一種沒有出現。」（C:2, 204-205, 208-209, 299-313）

受訪大學生 C 表示，其仍想像未來分手事件之多種發展可能性。觀賞電影《愛情合作社》後，C 比較兩位女主角處理感情失落的方式，覺得與其個人的情境相似。而女主角們在電影結尾時都已平復情傷，因此，C 認為自己目前雖仍處於情緒低落的狀態，但未來應也能走出因分手事件所造成的傷痛，且可能進一步如片中人物般，與前男友恢復到朋友關係，甚至復合。大學生 C 覺得，若再有一次機會，其可以改善與前男友的相處關係，以及個人面對同性戀情之態度。受訪者 C 談及：

「兩個女主角的經歷，或多或少都跟我有一些類似的地方，那或許我也可以跟她們一樣，再走出來…可能我還可以…像 Susan 跟 Edgar…可以聊一些以前的事情，或許過了十年、二十年可以變成這樣子…或許很困難，但是…我覺得說，復合好像不是那麼不可能…我一直會想說，如果復合的話，很多事情一定可以做得更好…我以前會很害怕說讓他（受訪者 C 的前男友）跟我的朋友來往，因為我沒有暴露我的身分，那現在我已經暴露了很多我的身分了，所以，好像以後可以更正常一點。」（C:2,

臺灣大學學術資料庫

295-296, 302-303, 315-317, 320-323）

伍、結論與討論

本文主要聚焦於觀賞不同於當事者本身性傾向的電影素材，對遭遇分手事件的大學生是否具情緒療癒效用之議題探討。茲將本研究的結論分述如下，並詳加討論之。

一、受訪大學生 C 與 N 之分手經驗與情緒困擾問題

研究者根據訪談結果，歸納受訪大學生 N 之分手經驗可知，其分手類型為主動分手，而分手因素係「欲與對方維持關係之依附程度不同」。其於分手後遭遇之情緒困擾問題為「主動分手的愧疚感」、「因分手而精神不集中的煩躁感」、「無法挽回對方的失落感」、「因分手事件的回憶而感到難過」及「對新交往的對象感到失望」等五種。另一位受訪大學生 C 之分手類型亦為主動分手，分手原因則為「父母反對」。至於受訪者 C 因分手事件所衍生之情緒困擾問題，則包含「擔心父母的關心或責難之恐懼感」、「因無法了解分手原因而感到迷惘或難過」兩者。

二、不同於個人性傾向之電影素材，對受訪大學生 C 與 N 之情緒療癒效用

本研究結果顯示，遭遇分手事件之受訪大學生 C 與 N 雖觀賞不同於自身性傾向的電影素材，仍可藉由與電影素材之互動，經歷認同、淨化及領悟的心理歷程，茲將電影《斷背山》與《愛情合作社》對 2 位受訪者的情緒療癒效用歸納如下。

(一) 描述同性戀愛情之電影《斷背山》對異性戀大學生 N 具有情緒療癒效用

受訪大學生 N 在觀賞此部電影後，經歷認同、淨化及領悟之情緒療癒效用歷程。由於主角 Jack 的個性及面對問題的方式與受訪者自身相近，因此能讓受訪者 N 達致認同階段。而電影中，農場老闆對主角 Jack 表現出輕侮態度的場景，以及 Ennis 因 Jack 過世而懊悔難過的劇情，皆使得受訪者 N 的情緒為之起伏，從而能獲得淨化情緒的效用。另一方面，透過片中主角 Jack 的坎坷戀情，受訪大學生 N 得以思考，個人應放更多注意力在自己身上，藉以避免可能因全然投入戀情而造成的失落感。最後，看到兩位主角處理感情的方式與故事的結局，受訪者 N 亦領悟到，個人需調整面對分手事件之心態。

由本研究之訪談結果可知，雖然電影《斷背山》主要係描述同性間的愛情關係，但受訪者 N 在觀賞電影時，並未因主角之性傾向而轉移焦點。亦即，大學生 N 所關注者係兩位主角彼此分離的故事情節，以及該情節與個人分手經驗之關聯性，故對於受訪者 N 而言，此部電影能夠作為其因遭遇分手事件而衍生負面情緒時的療癒素材。

臺灣大學學位論文

(二) 描述異性戀愛情之電影《愛情合作社》對同性戀大學生 C 具有情緒療癒效用

對於受訪大學生 C 而言，本片兼具認同、淨化及領悟之情緒療癒效用。其中，產生認同之場景包含女主角 Roxeanne 試圖自殺、讀詩以及和丈夫吵架的橋段；此外，受訪者 C 認為兩位女主角的經歷與其自身經驗相仿，故頗能引起個人之共鳴。同時，大學生 C 的情緒隨著電影劇情發展與女主角 Roxeanne 之心情波動而起伏不已，從而達到宣洩內心情緒之淨化作用。而片中處理感情事件的方式，讓受訪者領悟，個人亦應以兼具理性與感性的態度面對愛情。最後，本片能給予大學生 C 信心，讓其覺得個人在未來也能如片中角色般，跳脫分手的傷痛。

受訪者 C 之觀影心得顯示，雖然電影《愛情合作社》的劇情主軸係異性戀之愛情故事，但性傾向為同性戀之受訪大學生 C 在觀影時，依然可聚焦於主角 Roxeanne 與 Isabel 姊妹各自的愛情起伏歷程，並與個人的分手經驗相聯結，從而對電影內容產生共鳴。故電影《愛情合作社》對遭遇分手事件之受訪者 C 而言，係適當的情緒療癒電影素材。

綜整訪談結果可知，對遭遇分手事件的受訪大學生 C 與 N 而言，於觀賞不同於個人性傾向之電影素材後，皆可獲得完整的認同、淨化、領悟之情緒療癒效用，雖然電影療法之相關文獻指出，選擇情緒療癒素材時，需考量當事者的性別、年齡、教育程度、文化等個人背景與素材內容之相似程度（Franck, 2008; Hesley & Hesley, 2001; Knickerbocker, 2009），但由本研究 2 位受訪大學生之訪談資料可發現，當事者個人背景與素材的相似度，並非決定素材對當事者是否具情緒療癒效用之絕對因素。至於遭遇分手事件之受訪大學生 C 與 N，為何可藉由觀賞不同於個人性傾向的電影而獲致情緒療癒效用？研究者檢視相關文獻及網友觀後感後，推測可能之原因如下。

首先，為何以同性戀愛情為主題之電影《斷背山》可使異性戀受訪大學生 N 產生情緒療癒效用？根據性別議題雜誌《Queerology》專欄作者 eccentricity（2013）之說法，描述同性戀情的電影，事實上並未預設觀眾必為同性戀者；而《斷背山》也確實有許多異性戀觀眾（張士達，2006）。此外，也有網友在其觀後感中表示，相較於主角之性傾向為何，電影的劇情鋪陳與情節發展更加重要，而《斷背山》片中所描寫的淒美愛情故事並無同性戀或異性戀之分，任何人皆可能如兩位主角般，經歷愛情中的甜蜜與困境，故性傾向非同性戀之網友，亦能對片中主角的遭遇有所共鳴，個人的情緒也因本片的劇情發展而隨之波動不已，從而得以引發當事者對愛情關係的省思（天草四郎時貞，2006；班，2006；張妮可，2006；Chung, 2006; fanss, 2006）。

進一步對照網友觀影心得，則有網友 advocate（2006）表示，電影《斷背山》能讓個人聯想到過往不圓滿的戀愛經驗，因而激起內心最深之感觸。至於

臺灣大學學術典藏

網友 kklove（2006）則反應，本片以悲劇形式呈現，能讓其釋放心中的悲傷情緒。同時，亦有網友 appletea（2006）認為，本片能引發觀賞者思考，愛情並非單純包含感情或熱情，更多時候會囿於現實條件而無法隨心所欲。相對地，個人也更能珍惜學生時代單純的感情，進而將之視為生命中的重要經驗。綜上所述，本研究之結果與網友的觀後感相符。此外，有新聞報導，許多觀眾雖非同性戀者，仍深受電影《斷背山》感動（賀靜賢，2006；謝梅芬，2006），此印證前述網友之觀後感，亦與本研究受訪大學生之訪談結果一致。

其次，為何描述異性戀愛情之電影《愛情合作社》能令同性戀受訪者 C 經歷認同、淨化及領悟的心理歷程？一般說來，人們對事物的排斥感往往源於對未知的恐懼與不瞭解，相對地，經由多方面的接觸，則可增進個人對多元文化之理解與同理心，從而培養出包容與尊重的態度。而關於性傾向弱勢者處境與閱聽人文化等相關文獻均指出，相較於異性戀者可自由選擇是否接觸不同於個人性傾向之素材，絕大多數同性戀者等性傾向弱勢族群，乃是無從選擇地在以異性戀為主流的社會環境中成長、生活，所見所聞幾乎皆是描述異性戀關係者（小龍女，2008；畢恆達，2001；楊雅茹，2006；Lin, 2010；Dave Withe, 2005 ／ rolcoco 譯，n.d.）。研究者推測，性傾向為同性戀之受訪者 C 可能因而對不同於個人性傾向之素材具有較高接受度，故不因電影主角為異性戀者而影響其聚焦於素材本身的情節與內容，從而得以獲致認同、淨化、領悟之情緒療癒效用。

而誠如前述電影療法既有文獻所言，電影與觀影者個人的年齡、性別、生活經驗等背景因素之相似程度，會影響素材是否對當事者產生情緒療癒效用。然而，透過本研究受訪大學生 C 與 N 之訪談資料，研究者發現，受訪者更注重電影的情節與內容是否能引發其認同感，使當事者的負面情緒得以宣洩；而電影之情節或角色經驗能否令個人領悟到應以正向態度面對分手事件，亦為本研究之 2 位受訪大學生 C 與 N 所重視。事實上，電影療法專家 Hesley 與 Hesley（2001）及 Knickerbocker（2009）等人亦認為，電影若能夠啟發心靈，有具隱喻性或間接影響力的場景；抑或該類型的電影為當事者所喜好者，亦可發揮該素材的情緒療癒功能。另外，陳婷玉（2008）的研究亦發現，閱聽人往往會基於自身經歷，發展出屬於個人的詮釋，而不受限於素材本身之內容。準此，對較能接受不同於個人性傾向之素材的當事者而言，素材中角色的性傾向，並非影響個人是否獲致情緒療癒效用的關鍵因素，此不同於既有文獻所指出之「選擇角色與當事者的背景相似度高之素材，方能對當事者產生完整的情緒療癒效用。」故本研究之發現，實可謂是書目療法理論上的一項突破。基此，縱使電影素材主題與當事者的某些個人背景因素並不全然相同，但倘若電影劇情仍具備能使當事者獲致情緒療癒效用的相關因素，則吾人亦可考慮將之作為情緒療癒素材。

臺灣人權學術資料庫

參考文獻

advocate（2006 年 1 月 22 日）。〔心得〕我心中的斷背山（無雷），在 movie 看板。檢自 http://www.ptt.cc/man/movie/DD28/D99C/DA71/DEB7/D2AE/DD8/M.1155108556.A.8A3.html

appletea（2006 年 2 月 7 日）。Re: 關於斷背山，在 movie 看板。檢自 http://www.ptt.cc/man/movie/DD28/D99C/DA71/DEB7/D2AE/DD8/M.1155108556.A.823.html

Chung, A.（2006 年 2 月 25 日）。*斷背山*。檢自 http://achf914.pixnet.net/blog/post/27193078

eccentricity（2013 年 6 月 5 日）。誰要看同志電影？。Queerology，檢自 http://queerology.net/

fanss（2006 年 1 月 23 日）。無框無界《斷背山》，在 movie 看板。檢自 https://www.ptt.cc/man/movie/DD28/D99C/DA71/DEB7/D2AE/DD8/M.1155108556.A.E8F.html

kklove（2006 年 1 月 21 日）。〔心得〕斷背山之觀後感（有雷），在 movie 看板。檢自 http://www.ptt.cc/man/movie/DD28/D99C/DA71/DEB7/D2AE/DD8/M.1155108556.A.5E3.html

Lin, AD.（2010 年 2 月 1 日）。*非關道德　只管多寡*。檢自 http://www.babyou.com/index.php?do=news&locid=713&id=165

rolcoco 譯（無年代）。一篇給異性戀同胞觀看斷背山的指南（原作者：Dave White）。（原作著於 2005 年 12 月），檢自 http://randyslife.typepad.com/randys_life/2005/12/the_straight_du.html

小龍女（2008 年 5 月 21 日）。性別大補帖：同志片拍太多了喔？*臺灣立報*，檢自 http://www.lihpao.com/

天草四郎時貞（2006 年 5 月 11 日）。《斷背山》效應 - 斷背躲不過！檢自 http://amakusa.mysinablog.com/index.php?op=ViewArticle&articleId=161357

王萬清（1997）。*讀書治療*。臺北市：心理。

王靜蓉（1997）。*電影修鍊魔法*。臺北縣：新路。

何烱榮（2010 年 1 月 1 日）。大學女情關難過宿舍自殺。*聯合報*，B2 版。

吳宣瑩（2008）。*時間是最好的良藥？：無法從失戀中順利復原者之困頓經驗研究*。未出版之碩士論文，國立交通大學教育研究所，新竹市。

李克珍（1986）。*大學生到電影院看電影的動機與行為研究*。未出版之碩士論文，輔仁大學大眾傳播研究所，臺北縣。

李佩怡（1996）。臺灣地區大學生失落事件、失落反應與調適行為之描述性研究：

臺灣大學圖書館資料庫

以北部四所大學為例。*中華心理衛生學刊，9*(1)，27-54。
邱亮基（2007）。*電影式生命教育課程對國小學童自我概念影響之研究*。未出版之碩士論文，國立臺東大學教育研究所，臺東縣。
俞泊霖（2010 年 3 月 5 日）。逼車狂追 大學生害死 17 歲情敵。*自由時報*，B2 版。
施常花（1988）。*臺灣地區兒童文學作品對讀書治療適切性的研究*。臺南市：復文。
柯淑敏（1996）。親密關係分手的研究。*學生輔導，43*，108-115。
修慧蘭、孫頌賢（2003）。大學生愛情關係分手歷程之研究。*中華心理衛生學刊，15*(4)，71-92。
班（2006 年 2 月 5 日）。影評。檢自 http://blog.xuite.net/a8674101/MyBlog/5064320
張士達（2006 年 3 月 7 日）。認同不等於接受「斷背山現象」只贏了一半 革命尚未成功 同志仍須努力。*中國時報*，A3 版。
張妮可（2006 年 2 月 12 日）。「斷背山」發現心裡承受愛的重量～。檢自 http://nicolechang48.pixnet.net/blog/post/49566565
畢恆達（2001）。*空間就是權力*。臺北市：心靈工坊。
陳月靜（2001）。大學生愛情關係分手的研究。*通識教育年刊，3*，29-42。
陳向明（2002）。*社會科學質的研究*。臺北市：五南。
陳書梅（2008）。圖書館與書目療法服務。*大學圖書館，12*(2)，15-41。doi: 10.6146/univj.2008.12-2.02
陳書梅（2010）。書目療法、公共圖書館與青少年之療癒閱讀。*臺灣圖書館管理季刊，6*(1)，11-18。
陳書梅（2014）。*從沉鬱到淡定：大學生情緒療癒繪本解題書目*。臺北市：臺大出版中心。
陳書梅、洪新柔（2012）。大學生對大學圖書館情緒療癒閱讀素材需求之探索性研究。*大學圖書館，16*(1)，12-35。doi: 10.6146/univj.2012.16-1.02
陳書梅、葉瑋妮（2014）。電影對失戀大學生之情緒療癒效用分析【光碟】。在輔仁大學圖書資訊學系暨輔仁大學圖書館編，*輔仁大學* 2014 *圖書館與資訊社會研討會論文集*。新北市：編者。
陳婷玉（2008）。背叛！台灣 性如何解 電影《斷背山》：一個接收分析研究。*傳播學門的統獨、跨越與創新：實習、實驗到實踐的傳播省思*。中華傳播學會 2008 年年會，宜蘭淡江大學分校。
賀靜賢（2006 年 1 月 24 日）。網友：不看「斷背山」非人類！*中國時報*，D2 版。
鈕文英（2007）。*教育研究方法 & 論文寫作*。臺北市：雙葉。
黃寅、陳宏睿、陳秋雲（2014 年 5 月 22 日）。體大學生 潛入女友家殺她爺爺。*聯合報*，A8 版。
楊雅茹（2006 年 11 月 15 日）。從「斷背山」探析當代同性戀者的生活情境—「斷背

臺灣大學資訊期實料庫

山」是一個契機，還是另一種符號消費？*網路社會學通訊期刊，58*。檢自 http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/58/58-10.htm

聞天祥（2008）。最能解悶的十大電影。*康健雜誌，111*，50-54。

劉惠琴（1995）。*大學生「分手」行為研究－結構與歷程因素探討*（國科會專題研究計畫成果報告，NSC 84-2413-H-031-004）。臺北市：東吳大學心理系。

賴柔君（2009）。*生命教育影片教學對國小高年級學童自我概念、生命價值觀與生活適應影響之研究*。未出版之碩士論文，國立高雄師範大學教育學研究所，高雄市。

謝梅芬（2006 年 1 月 27 日）。過年 電影加場 租片店不休息　斷背山幾乎場場客滿 不少同志訂團體票捧場。*聯合報*，C1 版。

韓德彥（2010）。*心理療癒 DIY：韓心理師的電影處方箋*。臺北縣：行雲。

韓德彥（2013）。*人生路上的心靈處方箋*。臺北市：黎明文化。

羅子琦（2005）。*大學生走出愛情分手困頓經驗之心理歷程研究*。未出版之碩士論文，中國文化大學心理輔導研究所，臺北市。

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。

Allen, B. (1980). Bibliotherapy and the disabled. *Drexel Library Quarterly, 16*(2), 81-93.

Baruchson-Arbib, S. (1997). The “self-help section” in public libraries: The case of Israel. *Public Library Quarterly, 16*(3), 41-49. doi: 10.1300/J118v16n03_05

Baruchson-Arbib, S. (2000). Bibliotherapy in school libraries: An Israeli experiment. *School Libraries Worldwide, 6*(2), 102-110.

Bodart, J. R. (2006). Books that help, books that heal: Dealing with controversy in YA literature. *Young Adult Library Services, 5*(1), 31-34.

Cook, K. E., Earles-Vollrath, T., & Ganz, J. B. (2006). Bibliotherapy. *Intervention in School and Clinic, 42*(2), 91-100. doi: 10.1177/10534512060420020801

Doll, B., & Doll, C. A. (1997). *Bibliotherapy with young people: Librarians and mental health professionals working together*. Englewood, CO: Libraries Unlimited.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: Norton.

Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society*. New York, NY: Norton.

Franck, A. (2008, August 2). *Die heilende Kraft der Bilder: Filmtherapie hilft psychisch Kranken. WDR.* Retrieved from http://www1.wdr.de/themen/index.html

Hébert, T. P., & Kent, R. (2000). Nurturing social and emotional development in gifted teenagers through young adult literature. *Roeper Review*, *22*(3), 167-171.

Hesley, J. W., & Hesley, J. G. (2001). *Rent two films and let's talk in the morning: Using popular movies in psychotherapy*. New York, NY: Wiley.

臺灣大學學術論文資料庫

Hynes, A. M., & Hynes-Berry, M. (1986). *Bibliotherapy--the interactive process: A handbook*. Boulder, CO: Westview.

Jackson, E. P. (1962). Bibliotherapy and reading guidance: A tentative approach to theory. *Library Trends, 11*(2), 118-126.

Jones, C. (2009). *Cinematherapy: History, theory, and guidelines.* Retrieved from http://www.ed.uab.edu/cinematherapy/history.html

Jones, E. H. (2001). *Bibliotherapy for bereaved children: Healing reading*. London, UK: Jessica Kingsley.

Kalm, M. A. (2004). *The healing movie book(Precious images: the healing use of cinema in psychotherapy)*. Morrisville, NC: Lulu.

Karlinsky, H. (2003). Doc Hollywood north: Part II. The clinical applications of movies in psychiatry. *Bulletin, 35*(2), 14-16.

Knickerbocker, J. F. Jr. (2009). *Toward improving the film selection process in cinematherapy*. Unpublished doctoral dissertation, Fielding Graduate University, California.

Levinson, D. J., Darrow, C. N., Klein, E. B., Levinson, M. H., & McKee, B. (1978). *The seasons of a man's life*. New York, NY: Knopf.

Madison, R. J., & Schmidt, C. (2001). *Talking pictures: A parents' guide to using movies to discuss ethics, values and everyday problems with children*. London, UK: Running.

Marsick, E. (2009). *Cinematherapy with preadolescents experiencing parental divorce: A collective case study*. Unpublished doctoral dissertation, Lesley University, Massachusetts.

McMillen, P. (2014). A therapeutic collaboration: The bibliotherapy education project at Oregon State University. *OLA Quarterly, 12*(2), 14-15.

Minow, N. (2004). *The movie mom's guide to family movies* (2nd ed.). Bloomington, IN: iUniverse.

Morawski, C. M., & Gilbert, J. N. (2000). Developmental interactive bibliotherapy: Feminist methodology in an undergraduate course. *College Teaching, 48*(3), 108-115. doi: 10.1080/87567550009595825

Nikkhah, R. (2005, Mar 6). *Royal College of psychiatrists backs film therapy.* Retrieved from http://www.telegraph.co.uk/news/uknews/1485028/Royal-College-of-Psychiatrists-backs-film-therapy.html

Pardeck, J. A., & Pardeck, J. T. (1984). *Young people with problems: A guide to bibliotherapy*. Westport, CT: Greenwood.

Peake, T. H. (2004). *Cinema and life development: Healing lives and training therapists*.

臺灣大學學術期刊資料庫

Westport, CO: Praeger.

Portadin, M. A. (2006). *The use of popular film in psychotherapy: Is there a "cinematherapy"?* Unpublished doctoral dissertation, Massachusetts School of Professional Psychology, Massachusetts.

Roth, W. M. (2000). *Videotherapy: Variations upon therapeutic themes.* (ERIC Document Reproduction Service No. ED 437587).

Rubin, R. J. (1979). Uses of bibliotherapy in response to the 1970s. *Library Trends, 28*(2), 239-252.

Rubin, R. J. (1981). The bibliographic structure of bibliotherapy and the role of the journal in the field's development. *The Serials Librarian, 5*(1), 93-102. doi: 10.1300/J123v05n01_12

Russell, D. H., & Shrodes, C. (1950). Contributions of research in bibliotherapy to the language-arts program. *The School Review, 58*(6), 335-342. doi: 10.1086/441719

Solomon, G. (1995). *The motion picture prescription: Watch this movie and call me in the morning*. Santa Rosa, CA: Aslan.

Solomon, G. (2001). *Reel therapy: How movies inspire you to overcome life's problems*. New York, NY: Lebhar-Friedman.

Solomon, G. (2005). *Cinemaparenting: Using movies to teach life's most important lessons*. Fairfield, CT: Aslan.

Sturdevant, C. G. (1998). *The laugh & cry movie guide: Using movies to help yourself through life's changes* (2nd ed.). Larkspur, CA: LightSphere.

Sturm, B. W. (2003). Reader's advisory and bibliotherapy: Helping or healing? *Journal of Educational Media and Library Sciences, 41*(2), 171-179.

Wolz, B. (2005). *E-Motion picture magic: A movie lover's guide to healing and transformation*. Centennial, CO: Glenbridge.

Wolz, B. (2010). Cinema as alchemy for healing and transformation: Using the power of films in psychotherapy and coaching. In M. B. Gregerson (Ed.), *The cinematic mirror for psychology and life coaching* (pp. 201-225). New York, NY: Springer. doi: 10.1007/978-1-4419-1114-8_11

Wooder, B. (2008). *Movie therapy: How it changes lives*. UK: Rideau Lakes.

臺灣大學學術期資料庫

附　錄

訪談大綱——以《斷背山》為例

受訪者基本資料

性別：男☐　女☐
年齡：_____

認同

1. 這部電影的內容在講什麼？主角是誰？
2. 主角艾尼斯和傑克分別遭遇什麼情緒困擾問題？為什麼會發生這些問題？
3. 您有特別喜歡／不喜歡電影中的哪個角色嗎？為什麼？
4. 電影中有哪些角色與主角的情緒困擾問題相關？

淨化

5. 艾尼斯和傑克面對不同的分手階段，他們的情緒感受分別是如何？為什麼？
6. 艾尼斯和傑克如何克服失戀的低潮？
7. 艾尼斯和傑克決定振作並開始行動後，其想法跟情緒有何轉變？原因為何？
8. 在電影中讓你受到觸動 / 有感觸的場景是什麼？為什麼？

領悟

9. 如果您是主角艾尼斯或傑克，您會以怎樣的方式來解決失戀的情緒困擾問題？會用相同的方式，還是用其他方法？為什麼？
10. 你覺得艾尼斯或傑克跟你有什麼相似之處或相異之處嗎？
11. 在第一次訪談時，您跟我提到您的戀愛歷程及分手後對您的影響，請問您觀賞完這部電影後的心情是否有什麼轉變？對失戀這件事是否有什麼啟發？為什麼（請具體舉出電影的片段）？

臺灣大學學術期刊庫