

文章编号:1674-2869(2008)06-0117-03

成人依恋类型研究综述

黄国红¹, 吴庆云²

(1. 恩施州优抚医院, 湖北 恩施 445000; 2. 湖北广播电视大学, 湖北 武汉 430074)

摘要:选取成人依恋类型研究这一侧面,对成人依恋类型的测量、不同成人依恋类型形成的原因、不同成人依恋的意义进行了综述性的介绍。

关键词:成人依恋;类型;研究

中图分类号:R395.2 **文献标识码:**A

对成人依恋的研究起源于对依恋(婴儿依恋)的研究。依恋理论最初是由英国精神分析师约翰·鲍尔比(Bowlby)于1969年提出的,他在习性学的基础上整合了精神分析理论、信息加工理论与控制论,创立了依恋理论^[1]。依恋理念最初是针对婴幼儿与其母亲的关系的,但在1979年,鲍尔比又提出,尽管依恋行为在儿童早期特别突出,但是在人类从“摇篮到坟墓”的一生中都存在依恋^[2]。于是对依恋的研究就逐渐扩展开来,很多研究者不再把目光关注于婴幼儿依恋,而是将研究对象扩展至青少年、成人。

目前成人依恋的研究大概可分为两个方面:一个是基础理论研究,一个是依恋类型(维度)研究,笔者拟就后者做一个综述性的简介。

一、成人依恋的含义

关于成人依恋的含义,一直有两种理解,直到目前为止,在实际的研究中,研究者对成人依恋的操作定义还是分为两派:一派是发展和认知学派,以Main, George, Kaplan, Hesse和Cassidy为代表;另一派是人格和社会学派,以Shaver, Bartholomew, Mikulincer, Brennan和Fraley为代表。虽然两派的理论都是在鲍尔比和爱因斯沃斯的理论基础上发展起来的,但两派在对成人依恋的界定、研究方法和分析重点上都存在差异,使得两派难以统一。

两派存在的分歧具体表现在:(1)操作定义。发展和认知学派将成人依恋定义为“与父母关系的记忆和心理表征”,而人格和社会学派则将成人依恋定义为“个体与目前同伴的持续和长久的情感联系”,因此发展和认知学派主要研究成人与父母的关系,而人格和社会学派则是研究成人与成人之间的关系。(2)研究方法。发展学派主要基

于详细的编码访谈描述,而人格学派虽然也有自己的访谈方法,但更广泛的采用自陈式报告。(3)分析重点。发展学派侧重分析一个人对依恋经历描述的一致性、可信度和模糊性的结构比例,而人格学派则侧重于分析一个人的认知、情感和自我观察行为的内容^[3]。

二、成人依恋类型的测量

关于成人依恋类型的测量,最初的工具是一个很简单的三段式陈述迫选,由Hazan和Shaver(1987)制定,他们根据Ainsworth对婴儿依恋的类型划分,推测成人依恋风格也分为三种。其具体描述如下:

A. 我发现接近别人还是比较容易的,对于依赖他们和让他们依赖我,我都不反感。我不担心被抛弃,也不担心某人跟我过于亲近。(安全型)

B. 我对于亲近别人觉得有些不舒服;我发现很难完全信任他们,很难让自己依赖他们。有人对我过于亲近时,我会紧张,并且别人总是想要跟我更加亲近,这让我觉得不舒服。(回避型)

C. 我发现别人并不愿意像我希望的那样亲近我。我经常担心,我的伴侣并不真正爱我,或者不想跟我在一起。我想要跟他/她十分亲近,而这有时会把他/她吓跑。(焦虑型)

根据这种三分法的测量, Hazan和Shaver发现,分类的分布与婴儿中所观察到的相一致。即安全型占60%左右、回避型占20%左右、焦虑型也占20%左右。

而Bartholomew和Horowitz(1991)在这基础上设计了一个关系问卷(Relation Questionnaire, RQ),这是一个自陈式量表,采用7点量尺评定成人自我描述,并提出了成人依恋风格的四分模型,在Hazan和Shaver的三分基础上增加了一个恐

惧——回避类型D,要求在四个类型(A、B、C、D)框架内评估成人依恋类型,类型A和B分别对应于安全和拒绝——回避依恋原型,类型C和D分别对应于先占和恐惧——回避依恋原型。同时类型A、B、C也可分别对应于Hazan和Shaver的安全、回避和焦虑类型。

在该量表中,Bartholomew结合了Bowlby(1973)早先提出的内部工作模型(包括自我的内部模型和他人的内部模型)的思想把这四个类型放在两个维度(焦虑——回避)模型中。这两个维度分别对应着自我——他人模型,即自我和他人模型都是积极的类型对应着低焦虑低回避、自我模型积极他人模型消极对应着低焦虑高回避、自我模型消极他人模型积极对应着高焦虑低回避、自我和他人模型都是消极的对应着高焦虑高回避,即上述的安全型、拒绝型(也有译为冷漠型、忽视型、排斥型、回避型的)、先占型(也有译为迷恋型、专注型、矛盾型的)和恐惧型(也有译为害怕型、混乱型的)^[4]。

RQ还能对一般的亲密关系、情侣关系、特殊关系(上述各种关系的复合情况)进行定位,它也能被人重述并用于评估其他依恋同伴,比如我们让亲密的同性朋友和情侣评定他们自己和他们的朋友或同伴。RQ的优点是提出了与依恋有紧密关系的两个理论维度——回避和焦虑,而这两个维度正是依恋类型的构成基础。

后来,有学者提出,当分类模型用来评估维度现象时会出现很多问题:他们认为依恋特质是在连续型维度中均匀分布,而非聚类。虽然类型测量容易很快地掌握,但当用类型测量来测量连续型变量时,原始数据中的许多变量细节会被漏掉。而且利用类型测量得出的范围有任意性,差异测量则更敏锐。由于这种类型在不同测量中的范围界定不同,所以几种测量工具对同一内容的测量结果也会不同。忽略这点,可能会导致错误的结果,而且如果对一种测量得出的结果,用另一个测量工具去评估时,就会因上一个测量结果而表现出一定的倾向性,从而影响到类型划分。因此,许多人认为应该采用维度测量来研究成人依恋。

1998年,Bennan,Clark & Shaver设计出了亲密关系体验量表(Experiences in Close Relationship, ECR),这是一个36条目的自陈依恋量表,有两个分量表,回避(对亲近和依赖他人感到不舒服)和焦虑(害怕被拒绝和遗弃)。这两个维度上有较高的内部一致性评分,从两个维度中可以得出四个依恋类型,比RQ有更好的结构效度。这

个测量唯一的不足是,它只对回避和焦虑提供两个评分^[5]。

三、不同类型成人依恋形成的原因

Bowlby(1980)认为,内部工作模式是人们形成的关于自我和他人的内化表征,并根据这些表征对自己和他人的行为进行判断和预测,从而指导自己的行为。个体早期形成的内部工作模式,在人的一生中将起主导作用。早期的内部工作模式,随着时间的推移,处世中不断地强化,它会转变为一种无意识、自动化的运作,成为对自我、他人及自我与他人人际关系的稳定认知模式。这是一套认知结构,并被融入其人格中,对其自身和他人的看法产生影响。随着年龄的增长,个体倾向于用已有的内部工作模式去理解新的信息,这就是依恋的内部工作模式如何对个体日后的发展发挥作用。

Bartholomew(1991)提出了一个两维的成人依恋的内部模型,用于解释成人依恋的认知机制。这个模型主要包括对自己和他人的认知,是在童年经历的基础上发展起来的,当前承担着组织各种依恋信息的任务。四种依恋模式的人有不同的工作模型:安全型对自我和他人都有正性评价;恐惧型对自我和他人都有负性评价;冷漠型对自我评价高,对他人评价低;专注型对自我评价低,对他人评价高^[6]。

四、不同成人依恋类型的意义

谈到一件事情对另外一件事情的意义,无非就是从正、负两个方面进行考察,即A对B分别有什么积极影响和消极影响。先看看消极方面的研究:

在国外,对依恋的精神病理学的研究主要集中在以下3点:一是依恋和焦虑、抑郁的关系。David A. F. H等对此作了三个研究,表明抑郁症状与成人依恋的自我评定的不安全性有关。Valerie E. W等从婚姻关系横向考察了夫妻间成人依恋和抑郁的关系。二是对受虐个体依恋关系的研究。Robert T. M等考察了有受虐史的成人样本的依恋安全性和精神失常的关系。Paige C等从依恋的理论观点出发对一个13岁的有受虐史的男孩进行了有效的干预。三是Yocel E等探讨了男同性恋的身份确认和个人的自我、家庭和社会支持的关系,表明同性恋关系的发展过程不仅与同性恋者的内部关系模式有关,家庭和朋友的支持对他们的发展结果和依恋模式的形成有不同程度的影响。Robert T. M等的研究还探讨了成人依恋类型和创伤后紧张症的关系。其它还有

一些依恋与自杀行为、癔症的转换症状、边缘性人格障碍、不良婚恋关系、进食障碍、物质依赖等关系的研究。许多实证研究已经发现并支持心理病理与不安全依恋的关系。实证研究也证明了依恋与总体心理良好状态、症状学及个人问题之间有关系^[7]。

在国内,也有一些研究者陆续做过一些这方面的研究,如:吴薇莉等人的“成人依恋类型与社交焦虑障碍之间的系列相关研究”,主要探讨了社交焦虑障碍患者的依恋类型与其认知、行为之间的关系以及不安全依恋类型的主要成分等。其他的还有一些以大学生为被试的研究,主要探讨大学生依恋类型与心理健康之间的关系,主要有《不同依恋类型的大学生心理健康研究》、《大学生成人依恋的测量及成人依恋与消极生活事件、应对方式、自尊和心理健康之关系研究》等。另外,华东师范大学的研究生杨洁对成人依恋与抑郁之间的关系也进行了一些初步探索。这些研究都表明不安全依恋与各种病理学现象、不健康心理状态有着较强的相关。

再来看看积极方面的研究:

奇怪的是,对成人依恋与积极心理因素的相关研究大大少于对成人依恋与消极心理因素的相关研究,当然,这也许是由于研究者认为积极方面既然是好的,有益的,就没必要对其进行控制和干预,所以把更多的精力花在消极方面的研究上了,以便能更好地对其进行控制干预,从而改善人们的生活质量。

五、结 语

对成人依恋类型的研究最关键的是研究工具问题,而目前由于对成人依恋的理解有两种派别,所以很难有一个为大家所公信的研究工具,这是成人依恋类型研究也是成人依恋研究本身后期所要着重解决的问题。另外,关于成人依恋类型与其他心理学因素之间的相关研究,目前也大多停留在一种描述性研究层面,两个变量之间是不是还有中间变量、有哪些中间变量、这些中间变量又是如何发挥作用、我们如何利用这些作用等等,目前的研究大都没有涉及,这些都是今后的研究方向。

参考文献:

- [1] 许兴建. 依恋研究综述[J]. 柳州师专学报, 2001, (12): 89-93.
- [2] 吴薇莉, 简渝嘉, 方 莉. 成人依恋研究[J]. 四川大学学报(哲学社会科学版), 2004, (3): 131-134.
- [3] 吴薇莉, 方 莉. 成人依恋测量研究[J]. 中国临床心理学杂志, 2004, (2): 217-220.
- [4] 陈瑞芳, 郑莉君. 社会人格取向的成人依恋与情感调节[J]. 宁波大学学报(教育科学版), 2006, (6): 35-38.
- [5] 李同归, 加藤和生. 成人依恋的测量: 亲密关系经验量表(ECR)[J]. 心理学报, 2006, (3): 399-406.
- [6] 王争艳, 刘迎泽, 杨叶. 依恋内部工作模式的研究概述及探讨[J]. 心理科学进展, 2005, (5): 629-939.
- [7] 李培红, 刘志远, 李丹萍. 成人依恋的研究综述[J]. 沿海企业与科技, 2006, (3): 178-179.

The research of adult attachment style

HUANG Guo-hong¹, WU Qing-yun²

(1. The Special Care Hospital of Enshi State, Enshi 445000, China;

2. HuBei Radio and Television University, Wuhan 430074, China)

Abstract: This article chooses the research of the style of the adult attachment, historically introducing the measurement of the style of the adult attachment, the reasons for the shaping of the different styles of the adult attachment as well as its meaning.

Key words: adult attachment; style; research

本文编辑: 吴晏佩