

Mc
Graw
Hill

Education

亲密关系

为什么本应该带来美妙体验、
快乐享受以及甜蜜回味的亲密关系，
却往往带来的是
失望、痛苦，甚至怨恨？



【美】罗兰·米勒
王伟平 译
丹尼尔·珀尔曼 著

第 5 版



YZLI0890108636

Intimate Relationships

(5th edition)

Rowland S. Miller / Daniel Perlman



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

亲密关系

第5版

[美]罗兰·米勒 丹尼尔·珀尔曼 著

王伟平 译



YZLI0890108536

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

亲密关系:第5版/(美)米勒(Miller, R.), 珀尔曼(Perlman, D.) 著; 王伟平 译.

- 北京:人民邮电出版社, 2011. 1(2011. 6 重印)

ISBN 978 - 7 - 115 - 24688 - 2

I. 亲… II. ①米… ②珀… ③王… III. ①人间交往 - 社会心理学 IV. ①C912. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 258084 号

Rowland S. Miller, Daniel Perlman

Intimate Relationships, 5e

ISBN 0 - 07 - 337018 - 5

All Rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including without limitation photocopying, recording, taping, or any database, information or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

This authorized Chinese translation edition is jointly published by McGraw - Hill Education (Asia) and Posts & Telecom Press. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

Copyright © 2010 by McGraw - Hill Education (Asia), a division of the Singapore Branch of The McGraw - Hill Companies, Inc. and Posts & Telecom Press.

版权所有。未经出版人事先书面许可,对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播,包括但不限于复印、录制、录音,或通过任何数据库、信息或可检索的系统。

本授权中文简体字翻译版由麦格劳 - 希尔(亚洲)教育出版公司和人民邮电出版社合作出版。此版本经授权仅限在中华人民共和国境内(不包括香港特别行政区、澳门特别行政区和台湾地区)销售。

本书封底贴有 McGraw - Hill 公司和人民邮电出版社防伪标签,无标签者不得销售。

北京市版权局著作权合同登记号:01 - 2010 - 0692

亲密关系(第5版)

- ◆ 著 [美] 罗兰·米勒 丹尼尔·珀尔曼
- 译 王伟平
- 策 划 刘 力 陆 瑜
- 责任编辑 常玉轩
- 装帧设计 陶建胜
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号A座
- 邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
- 网址 <http://www.ptpress.com.cn>
- 电话 (编辑部)010-84937150 (市场部)010-84937152
- (教师服务中心)010-84931276
- 三河市李旗庄少明装订厂印刷
- 新华书店经销
- ◆ 开本: 710 × 1000 1/16
- 印张: 28
- 字数: 486 千字 2011年1月第1版 2011年6月第2次印刷

著作权合同登记号 图字: 01 - 2010 - 0692

ISBN 978 - 7 - 115 - 24688 - 2/F

定价: 68.00 元

本书如有印装质量问题,请与本社联系 电话:(010)84937153

内 容 提 要

爱情是人类情感中最美妙的一种体验，古今中外关于爱情的伟大文学作品有许多，但从心理学角度对两性关系进行科学而系统总结的专著尚为数不多。

《亲密关系》刚一出现，就立即获得读者的普遍喜爱，不仅得到了专业人士的首肯，更是得到普通读者的高度评价。作者综合了心理学多个分支的研究理论和成果，用饶有趣味的论述，总结出人们在交往与沟通、爱情与承诺、婚姻与性爱、嫉妒与背叛等方面的行为特点和规律。

本书内容丰富、语言优美；既注重专业性，又强调可读性。研究亲密关系的专业人士可以从中得到学习和参考；而对于社会大众来说，只要他（她）想获得一份满意的亲密关系，都可以从中得到启发。

译者序

《亲密关系》是“社会心理学精品译丛”中的一种，自出版以来就深受读者的喜爱。本书是根据2009年出版的 *Intimate Relationships* 第5版翻译而成。与老版本相比，新版本的体系更全面完整，论述更严密精练，涉及的内容更为丰富多样。它密切地关注了时代进步对亲密关系的影响，探讨了很多新现象和新问题，同时增补了大量最新的参考文献（739篇）。如果你是老版本的拥趸，新版本的《亲密关系》定会让你爱不释手；如果你还没有阅读过关于爱情方面的科学著作，《亲密关系》定会让你获益匪浅；如果你正在追求心上人，《亲密关系》会让你了解人际吸引的奥秘和爱情的魔力；如果你正步入婚姻的殿堂，《亲密关系》会让你的婚姻生活更美满和持久；当然，如果你的亲密关系出现问题，《亲密关系》所揭示的真知和教导的方法有助于你走出困境；只要你不是离群索居的现代鲁滨逊，翻开《亲密关系》就必然会有收获。

我自2010年4月担纲《亲密关系》的翻译工作以来，近百日的挑灯夜战，终于“修成正果”。翻译期间始终不敢忘记新曲线刘力老总“信、达、雅”的嘱托，对每个句子、片语和单词都斟酌寻味，未尝懈怠。同时要感谢本书的编辑常玉轩同志，没有他的鼓励和帮助，本书难以完成。我们来看第2章表2.1里的一个句子：It goes far toward making a man faithful to let him understand that you think him so, and he that does but suspect I will deceive him, gives me a sort of right to do it (Seneca)。这个句子可以说很难理解，而要把它翻译成中文恐怕更难了，具体译文见表2.1第2行。再说单词，在第5章曾出现“blirtatiousness”这个单词，我翻了《朗文》又翻《牛津》，再翻《Webster 英英词典》，在网上查了百度词典和金山词典都没有查到，最后利用谷歌搜索才知道这个单词出自一篇研究报告，原来这是心理学家自己造的词！再看本书的另一个核心词汇：commitment，老版本统统翻译为“承诺”，这是不妥当的。Commitment 这个词至少有两个释义是与亲密关系密切相关的：(1) the trait of sincere and steadfast fixity of purpose, 指人们为达成目标而表现出的坚持和执着的心理特质，

4 译者序

偏重状态，故应译为“忠诚”；(2) the act of binding yourself (intellectually or emotionally) to a course of action，指人们在道义和情感上对某项活动的投入或许诺，偏重动作，故应译为“投入”或“承诺”。此外，对心理学专业名字的翻译，经典教材已经有规范名称的从经典教材；经典教材里未出现的，则根据百度搜索选择使用最普遍的名称，百度里搜索不到的，则从港台的翻译。实在找不到准确译称的，则询问师长同学。

《亲密关系》是关于友谊和爱情的严谨学术著作，读者群基本为大学生和人际关系的研究者。但本书写作风格简明易懂，并结合了大量日常生活中的例子，所以也适合所有对爱情和友谊感兴趣的朋友。其对亲密关系的严谨论述和科学结论，与我们在电视节目、报章杂志等大众媒体所获取的信息或许并不一样。看看下列数据，本书的写作风格一露无遗：

《亲密关系》的内容结构

图例	表格	插图	专栏	量表	脚注	译者注	文献数	主题数	人名数
58	41	19	56	16	35	20	1 976	980	1 762

注意：文献数、主题数和人名数分别是根据英文原版附录的参考文献、主题索引和人名索引统计的，中文版从略。

我希望本书的读者能以认真严谨的态度学习本书，而不要像阅读小说那样一目十行、浮光掠影。这本书值得我们像中学生学习数理化一样好好钻研。本书也是美国许多大学人际关系课程的标准教材，由于体系庞大，涵盖的专业术语和关键概念非常多，因篇幅有限，对很多关键术语往往一笔带过，即使你是心理学专业的学生也未必全部了解这些主题，所以你要善于利用专业工具进一步了解这些关键术语和概念，比如心理学词典、各种网络搜索引擎。例如书中提到“曝光效应”、“柯立芝效应”和“社会情绪选择理论”，利用百度百科词条，我们就可以进一步了解这些概念，从而充分透彻地理解它们。最后，在学习本书的过程中要注意运用，可以结合你自己亲密关系的实践来理解各种理论、模型和研究结果。书中列举的量表多达16个，这些量表是测量我们人际特点的科学工具，希望你能善加利用。此外，每一章最后的“请你思考”为你提供了经典的案例，希望你能利用相应章节的知识，好好思考这些案例，最好能写篇小论文阐述你的看法。

可以说自从人类文明诞生以来，从来没有停止过对“爱”的追求。但正如丛书的主编彭凯平教授所言，“心理学家在过去20年关于情感和关系的研究中所收集的数据和进行的科学论证，可能已经超越了我们中国两千年来在关系这个问题上的分析和判断。”所以翻开《亲密关系》你不仅会对自己过去的观念感到大吃一惊，而且

对爱情关系的科学理解也必将使你获益终生。

《亲密关系》不仅适合对爱情感兴趣的普通读者，而且更加适合进行社会心理研究的专家学者。希望你能顺利通读《亲密关系》，不至于因为译者的水平而无法理解原作的立论和精髓，否则译者真要愧对这样一部伟大的著作。有任何不清楚的地方可以给译者来信：prefrontal@sina.com，我们一起讨论。

王伟平

2010年10月于北京

英文第5版前言

欢迎翻开《亲密关系》！看到你手捧本书专心阅读，让我们倍感欣慰。本书自出版以来，好评如潮，对此我们甚感荣幸，同时我们也非常乐于为你展现亲密关系研究领域充满生机而又迅猛发展的最新和最全的进展。在第5版我们增添了很多新内容，但我们的写作理念从未动摇：本书既要切合普通大众的阅读兴趣，又要为院校的专业读者提供人际关系科学广泛全面、易于阅读的内容。作为专业的教材，本书既要遵循严格的学术标准，又要保留人际关系自身的迷人魅力。我们希望本书是涵盖亲密关系最新研究成果的一本最易阅读、最为全面的教材。

第5版新增的内容

第5版新添了739篇最新的参考文献，其中大部分都是最近3年的文献。因而，我们会讨论很多先前版本未曾提及的新问题。本版新添的部分内容有：

单身主义 (singlism)	配偶守卫行为 (mate-guarding)
网络性爱 (cybersex)	交谈反应性 (blirtatiousness)
感恩 (gratitude)	精子竞争 (sperm competition)
肖像影集网 (facebook)	非言语模仿 (nonverbal mimicry)
公开同性恋身份 (coming out)	伴侣分手适应 (adjusting to breakups)
快速约会 (speed-dating)	优质基因假设 (good-genes hypothesis)
同性婚姻 (gay marriage)	关系紊乱模型 (relational turbulence model)
自我延伸 (self-expansion)	走向健康婚姻 (the healthy Marriage Initiative)

同时对很多已经讨论过的话题进行了扩充。具体而言，依恋已经变成本书一个关键主题；在每一章都谈到依恋，彰显了它在亲密关系中的地位。其他扩充的内容还有：

宽恕 (forgiveness)	爱情的生理基础 (the biology of love)
婚姻平等 (marital equality)	禁欲教育 (abstinence education)
冲突和健康 (conflict and health)	性意图的误解 (misperception of sexual intent)
婚前分手 (premarital breakups)	趋近和回避动机 (approach and avoidance motivations)

根据读者的建议重新调整了3个章节的内容。原来的“羞怯和孤独”一章合并到“友谊”这章，“暴力”移动到新的章节“权力和暴力”之中，“冲突”现在单独成为一章。

未变动的内容

本书第4版深受读者好评，所以我们只变动了少许的内容，以保持本书体系的完整。在第1章我们仍旧介绍了影响亲密关系的重要因素。随后，在各章的论述中都会提及这些因素，从而使本书涵盖的广泛内容有着统一的连贯性。在讨论新问题时运用很多概念，书中的脚注可以提示读者在前面的内容中找到确切的定义，从而激活记忆。

更为重要的是，本书保留了原来雅俗共赏、充满趣味的写作风格，这种风格在先前的版本中得到了读者们的赞扬。能为你介绍人际关系科学，我们甚感荣幸；关系领域的研究令我们兴奋，而能参与其中更让我们自豪，我们希望能为你展示多姿多彩的人际关系。

致读者

本书的内容全部针对人际关系，我们认为读者和作者的关系对于我们非常重要。而你正是我们写作本书的原因，希望你能告诉我们阅读本书后的想法。你认为我们的著作怎样？我们该怎样改进？请不吝赐教，来信请寄本书的第一作者罗兰·米勒 (Rowland Miller)：miller@shsu.edu。正如爱默生所言，“好书都是读者造就的”。

祝你阅读愉快。我们希望这本书能有益于你和你的亲密关系，祝愿你能顺利地读完本书，更重要的是，你的人际关系从此能一路走好。

目 录

第1章 人际关系的构成	1	场景的选择	54
亲密关系的性质和重要性	2	数据的性质	55
亲密关系的性质	3	自我报告	56
归属的需要	4	观察法	58
文化的影响	6	生理测量	61
亲密关系变化的根源	12	档案材料	62
个人经历的影响	14	夫妇报告	62
个体差异的影响	19	研究应遵循的道德规范	62
性别差异	20	结果的解释和整合	64
性认同差异	23	最后要点	66
人格	27	请你思考	66
自尊	28		
人类本性的影响	32	第3章 吸引力	68
人际互动的影响	35	吸引力的基础：一种奖赏	69
人际关系的消极面	36	临近：喜欢身边的人	70
请你思考	37	方便：远亲不如近邻	70
		熟识：重复接触	72
第2章 研究方法	38	临近的作用	73
人际关系科学的研究简史	39	长相吸引力：喜欢那些可爱的人	73
问题的提出	44	对美丽的偏见：“美的就是好的”	73
被试的选取	45	吸引力的秘密	75
研究的设计	49	长相吸引力的演化观	80
相关设计	49	文化也起作用	82
实验设计	51	对美丽持有偏见的人	83
发展性研究设计	52	美丽：交织着的代价与收益	85

长相吸引力的匹配	87	非言语的敏感性	149
礼尚往来：喜欢那些喜欢我们的人	88	非言语沟通中的性别差异	151
相似性：喜欢与我们相像的人	91	言语沟通	153
有吸引力的相像种类	91	自我表露	153
相异并不相吸	92	言语沟通中的性别差异	159
相像具有吸引力的原因	100	沟通障碍及其应对	163
障碍：得不到的就喜欢	100	沟通不良	163
男女两性期望的理想伴侣	101	精确表述	165
请你思考	102	积极倾听	167
第4章 社会认知	103	守礼而镇定	168
第一印象（及以后）	104	尊重和确认的力量	169
知觉的力量	110	请你思考	170
伴侣的理想化	110	第6章 相互依赖	171
归因过程	111	社会交换	172
记忆	115	奖赏与代价	172
关系信念	116	人际关系的期望收益	173
期望	119	人际关系的替代收益	174
自我知觉	123	人际关系的四种类型	176
印象管理	127	与时俱变的比较水平	179
印象管理策略	128	亲密关系的经济论	181
亲密关系中的印象管理	129	与时俱变的奖赏和代价	187
我们了解伴侣的程度	131	亲密关系中的贪婪	192
了解	132	相互依赖的实质	192
动机	132	交换关系与共有关系	193
伴侣的易理解性	133	公平关系	196
知觉者的能力	133	小结	200
危险的知觉	134	忠诚的本质	201
知觉者的影响	135	忠诚引起的后果	204
小结	135	请你思考	205
请你思考	136	第7章 友谊	207
第5章 沟通	137	友谊的本质	208
非言语沟通	139	友谊的属性	209
非言语沟通的组成	141	友谊的规则	215

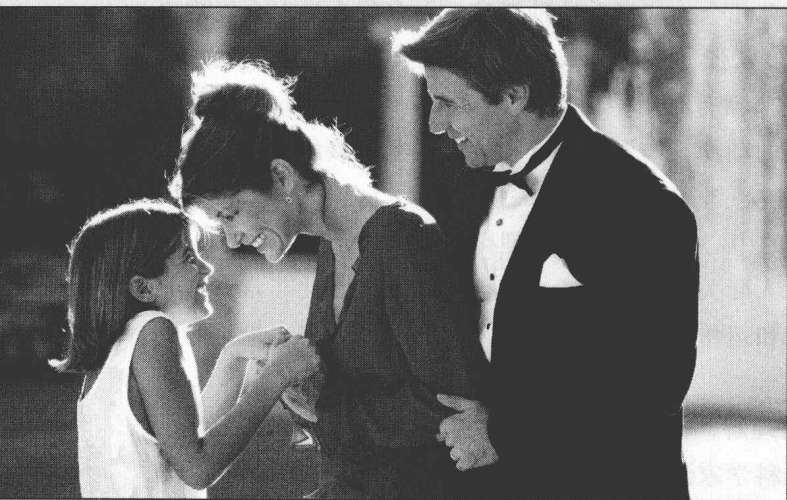
10 目 录

友谊的毕生变化	216	性行为	272
童年期	216	第一性行为	272
青少年期	218	忠诚关系中的性行为	274
成年早期	219	不贞	276
中年期	220	性欲望	282
老年期	221	安全明智的性行为	284
友谊的差异	223	性满足	287
友谊的性别差异	223	性沟通	290
友谊的个体差异	225	性满足与关系满意度	292
友谊发展的障碍	227	性胁迫	293
羞怯	228	请你思考	295
孤独	232		
请你思考	238	第 10 章 压力与紧张	297
		关系评价	298
第 8 章 爱 情	239	感情创伤	300
爱情简史	240	伴侣排斥	302
爱情类型	242	嫉 妒	304
爱情三角理论	242	嫉妒的两种类型	305
浪漫狂热之爱	246	容易嫉妒的人	306
相伴之爱	255	让人嫉妒的人	308
爱恋风格	257	让人嫉妒的事物	309
爱情的个体差异	258	对嫉妒的反应	313
依恋类型	258	积极有效地应对嫉妒	314
年龄	260	欺骗和说谎	315
性别	260	亲密关系和普通关系中的说谎行为	316
爱情很难持续	261	谎言与说谎者	317
浪漫爱情难以持久的原因	263	对伴侣欺骗行为的觉察	318
爱情的未来	264	背 叛	320
请你思考	265	背叛的个体差异	322
		背叛的两面性	323
		应对背叛	323
第 9 章 性 爱	266	宽 恕	325
性态度	267	请你思考	327
对随意性行为的态度	267		
对同性恋的态度	269		
性态度上的文化差异	271		

第 11 章 冲 突	328	第 13 章 亲密关系的解体与消亡	378
冲突的性质	329	离婚率的变化	379
冲突的定义	329	离婚的普遍性	379
冲突的频率	331	离婚率增加的原因	380
冲突的过程	334	离婚的征兆	386
激发事件	334	障碍模型	386
归因	335	脆弱—应激—适应模型	387
介入和升级	336	亲密关系适应过程 (PAIR) 项目结果	388
接近/退避模式	340	婚姻早期岁月 (EYM) 项目结果	390
协商和顺应	342	个体对自己婚姻问题的知觉	391
应对冲突：四类夫妻	344	特定的离婚信号	392
冲突的结果	347	分 手	393
冲突的结束	347	与婚前伴侣的分手	396
冲突的益处	348	离婚的阶段	397
请你思考	351	分手的后果	401
第 12 章 权力和暴力	352	解体后的关系	401
权力和相互依赖	353	克服消极情绪	402
权力的来源	353	离婚不同于恋人分手	403
资源的类型	355	父母离异的孩子	407
男女两性和资源的控制	357	请你思考	410
权力的过程	358	第 14 章 亲密关系的维持和修复	411
权力的风格	361	亲密关系的维持和提升	414
权力的结果	364	保持忠诚	414
权力的两面性	365	保持满足	418
亲密关系中的暴力	366	修复关系	420
暴力的普遍性	366	自我实践	420
伴侣暴力的种类	367	预防性维持	422
伴侣暴力的性别差异	371	婚姻治疗	423
暴力的相关因素	371	结 语	429
暴力的根本原因	374	请你思考	430
受害者不离开的原因	375		
请你思考	377		

第 1 章

人际关系的构成



亲密关系的性质和重要性

亲密关系的性质

归属的需要

文化的影响

亲密关系变化的根源

个人经历的影响

个体差异的影响

性别差异

性认同差异

人 格

自 尊

人类本性的影响

人际互动的的影响

人际关系的消极面

请你思考

假若黄金周这样度过，是不是很美妙：住在装饰精美的别墅里，院外是迤迤的田园风光。房内配置了有线电视、电子游戏、无线网络和许多书刊，还有满足你爱好的各种设施。这里有享用不尽的美食佳酿，有触手可及的消遣娱乐。但美中不足的是：你身边没有任何人，没有人可以与你交流沟通。你完全是个孤家寡人，不能使用电话和电子邮件，不能访问任何聊天室，也不能收发短信。整个假期你看不到任何人，也不能以任何方式和其他人联系。除此之外，你几乎能得到想要的一切。

这样的黄金周滋味怎样？没有几个人能享受这种孤独，大多数人马上会发现自己完全和他人隔离了，这让人极度紧张（Schachter, 1959）。人类需要和其他人接触，对此我们经常认识不足。这也是监狱有时用单独监禁（solitary confinement）来惩罚犯人的原因。人类是非常社会化的动物。如果剥夺了和他人的紧密接触，这会给人带来很多痛苦，人类社会属性的核心部分正是对亲密关系的需要。

与他人的关系还是我们生活的中心内容：关系处理得好会带来极大的快乐，处理得不好则会造成重大的创伤。人际关系必不可少，也至关重要，因此非常有必要了解人际关系是怎样建立、发展和运作的，什么情况下人际关系又会陷入愤怒和痛苦的深渊。

本书能提升你对亲密关系的理解，在汲取心理学、社会学、沟通研究和家庭研究成果的基础上，为你介绍社会科学家经过细致研究所探索到的人际关系知识。这与你在杂志或者电影中所了解到的人际关系不太一样，它更具科学性、更有逻辑、更为谨慎，却不太浪漫。你会发现本书并不是一本傻瓜式的操作手册。后面章节的学习需要你的领悟力，更需要运用你自己的信念、价值观和个人经验来理解这些内容。本书的目的就是引导你去领略人际关系科学的多姿多彩，帮助你正确地处理好自己的人际关系。

为了更好地考察亲密关系，我们先来界定一下它的主要内容。什么是**亲密关系**（intimate relationship）？为什么亲密关系这么重要？然后我们要思考紧密关系的基本构成要素：我们承传的文化、遭遇的经历、拥有的人格、共同的遗传以及人际交往。要正确理解人际关系，我们必须首先了解我们是谁，置身何处，又是如何变化发展的。

亲密关系的性质和重要性

人际关系种类多样，规格不齐。我们上有父母，还可能下有子女，有工作的同事或学校里的同学。生活中还会接触到商店职员、医生和公务员。我们还有朋友和

爱人。本书重点关注后两种伙伴关系，因为它们是典型的亲密关系。而且我们主要关注的是成人之间的亲密关系。

亲密关系的性质

那么，亲密关系究竟是什么？答案要看你问的是谁了，因为亲密关系是一个复杂的概念，包含许多不同的成分（Prager & Roberts, 2004）。然而研究者（Ben-Ari & Lavee, 2007; Laurenceau et al., 2004）和普通人（Marston et al., 1998; Parks & Floyd, 1996）都认为亲密关系和泛泛之交至少在六个方面存在差异：了解程度（knowledge）、关心程度（care）、相互依赖性（interdependence）、相互一致性（mutuality）、信任度（trust）以及忠诚度（commitment）。

首先，亲密的伴侣彼此间有着广泛、私人的（而且常常是秘密的）了解。他们熟知彼此的经历、爱好、情感和心愿，而且一般不会把这些信息透露给其他人。亲密的伴侣关心对方，彼此能从对方身上感受到更多的关爱。如果人们认为自己的伴侣了解、理解并欣赏自己，其亲密程度就会增加（Reis & Gable, 2003）。

亲密伴侣的生活也是交织在一起的：一方的行为会影响另一方的行为目标和行动能力。亲密伴侣的相互依赖性是指他们彼此需要的程度和影响对方的程度，这种相互依赖是频繁（经常影响彼此）、强烈（彼此都有显著的影响）、多样（以多种不同的方式影响彼此）和持久的（彼此影响的时间很长）。当人际关系发展到相互依赖的程度时，一方的行为在影响自己的同时也影响到对方（Berscheid, Snyder, & Omoto, 2004）。

由于这种紧密的联系，亲密伴侣常认为他们是天造地设的一对，而不是两个完全分离的个体。他们表现出很高的相互一致性，这意味着他们认同双方在生活上的融合，自称为“我们”，而不是“我”和“他/她”（Fitzsimons & Kay, 2004; Levinger & Snoek, 1972）。事实上，这种称谓上的变化（从“我”到“我们”）常常标志着人际关系发展到了微妙而又意义重大的阶段，此时新伙伴刚刚认识到彼此间产生了依恋（Agnew et al., 1998）。的确，研究者有时只让伴侣来评定他们“重合”的程度，以此评价伴侣紧密关系的亲密程度（Aron et al., 2004）。自我接纳他人的程度（见图 1.1）是测量相互一致性最生动、最直接的方法，它能有效地区分亲密关系和泛泛之交（Agnew et al., 2004）。

使得亲密关系易于保持的另一个特点是信任，期望对方会善待和尊重自己（Simpson, 2007）。人们相信亲密关系不会带来伤害，并期望伴侣能满足自己的要求，关注自己的幸福（Reis et al., 2004）。如果丧失了这种信任，亲密伴侣也常常会变得

请从下列图片中选出最符合你目前人际关系现状的图片。

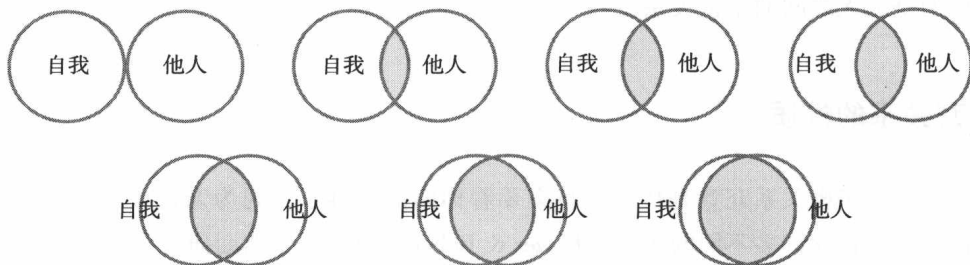


图 1.1 自我接纳他人的程度

怎样考察你与他人的亲密程度？请你从上述图片中挑出最符合你的人际关系现状的图片，这的确能有效地评价你们之间的亲密程度。

资料来源：Aron et al. , 2004。

猜忌与疑虑，从而损害亲密关系特有的开朗、坦诚和相互依赖（Jones et al. , 1997）。

最后，亲密伴侣通常会忠诚于他们的亲密关系，希望他们的亲密能持续到地老天荒，并为此不惜投入大量的时间、人力和物力。这种忠诚一旦丧失，曾经的恩爱情侣、知心朋友也会日渐疏远、貌合神离。

这六个方面未必全部出现在亲密关系中，任何一个要素都可以单独出现于亲密关系之中。例如，一对单调乏味、缺少情趣的夫妻可能相互依赖的程度很高，在日常生活的琐事上紧密合作，但却生活在缺少关爱、坦诚或信任的心理荒漠中。他们当然比一般的熟人要亲密，但毫无疑问，他们会觉得彼此不如过去那般亲密了（比如他们热恋时），那时他们的关系中存在更多的亲密成分。一般而言，最令人满意和最有意义的亲密关系应当包括亲密关系的所有六个特征（Fletcher, Simpson, & Thomas, 2000a）。但如果亲密关系中只存在其中某些特征，亲密程度就会减弱。正如不幸福的婚姻所揭示的，在整个关系的过程中亲密程度波动极大。

所以，并不存在单一的亲密关系模式（Haslam & Fiske, 1999）。的确，我们需要记住人际关系最简单、最基本的特点是：种类多样，规格不齐。这种多样性使人际关系非常复杂，也使人际关系魅力无穷。（这也正是我们写作本书的原因！）

归属的需要

我们关注的焦点是亲密关系，所以不会考察你在日常生活中与他人发生的各种各样的人际交往。例如我们不会考察你与学校大部分同学的关系。应该特别关注亲密关系吗？这种关注合理吗？答案当然是肯定的。虽然，我们与陌生人、熟人及其