

教育心理学研究丛书·心理健康教育书系

· 张大均 主编 ·

大学生父母依恋及其 对学校适应的影响

曾晓强 张大均 著



科学出版社

· 013043697

B844.2

268

教育心理学研究丛书·心理健康教育书系

· 张大均 主编 ·

大学生父母依恋及其 对学校适应的影响

曾晓强 张大均 著



B844.2
268

科学出版社

北京



北航

C1647207

内 容 简 介

本书以依恋理论为基本框架,以定量研究为基本方法,以中国大学生为研究对象,以中国文化为基本背景,对依恋理论的基本假设、中国大学生父母依恋的特征及其对大学适应的影响等问题进行了本土化的探索;编制了中国大学生父母依恋问卷,考察了大学生父母依恋的主要维度;考察了大学生父母依恋的总体水平、类型分布,以及父母依恋在若干相关因素上的可能差异;运用结构方程模型对依恋的内部工作模型理论进行了初步检验;编制大学生学校适应问卷并对大学生学校适应的总体水平及其在若干相关因素上的可能差异进行了考察;对父母依恋影响大学生学校适应的中介机制进行了探索。

本书适宜心理学相关领域的研究者与学习者、从事大学生管理或辅导的工作人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

大学生父母依恋及其对学校适应的影响/曾晓强,张大均著. —北京:科学出版社,2013

(教育心理学研究丛书·心理健康教育书系)

ISBN 978-7-03-037379-3

I. ①大… II. ①曾…②张… III. ①大学生-青年心理学-研究
IV. ①B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 085915 号

责任编辑:赵 鹏 / 责任校对:张怡君
责任印制:钱玉芬 / 封面设计:谜底书装

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

北京京华虎彩印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2013 年 5 月第 一 版 开本:B5(720×1000)

2013 年 5 月第一次印刷 印张:9 1/4

字数:173 000

定价:38.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

总 序

“教学心理学”和“心理健康教育”既是教育心理学中新的研究领域和重要内容，又是直接与教育教学密切联系的亟待加强研究的重要课题，也是近20年来我及我指导的硕士、博士研究生重点研究的两个方向。这套《教育心理学研究丛书》（含《教学心理学书系》和《心理健康教育书系》）主要是从我指导的部分博士的学位论文和主持的国家级相关科研课题结题成果中精选出来并整理修改而成的。撰写出版该丛书的目的，一方面是通过总结梳理我们在这两个领域的探索性研究成果，向学界前辈和同仁汇报交流我们探索的收获和体会，寻求同行对深化这两个领域的研究的帮助和支持；另一方面是适应我国教育现实发展需要，将我们的研究所获、所思、所悟形成文字并公开出版，为我国学校教育教学改革和青少年健康发展提供教育心理学依据。

秉持上述目的，本丛书各选题从研究过程到撰写成书都力求遵循以下两个基本原则：

坚持继承与创新结合，突出问题中心的研究取向。继承和创新既是科学研究应恪守的基本原则，也是我们开展“教学心理学”和“心理健康教育”研究首先要突出的特点。教育心理学历经百年发展已经是心理科学中最重要的分支学科之一，形成了比较完整的研究范式和学科体系。然而，教育心理学又是一个需要不断发展和完善的学科，面临着一系列的新问题需要研究，需要不断进行理论和方法创新。因此，我们在研究中既强调在研究思路上要遵循教育心理学研究规范，继承发扬其优良传统，又注重在研究内容上针对传统教育心理学体系中的薄弱环节和教育现实亟待研究的新领域、新问题，采取问题中心的研究取向，选择那些既属于教育心理学范畴又富创新性和现实性且属亟待研究的课题进行系统研究，强调在继承基础上的创新，在创新探索中不断发现研究理念。

坚持理论与实践相结合，恪守服务教育现实的价值取向。教育心理学是研究教育情境中心理活动特征和规律的科学，教育心理学的学科性质决定了其研究必须从教育现实需要出发，其研究成果最终又应服务于教育现实需要。从教育实际需要来看，提高教育教学质量和促进学生健全发展是中国教育现实的头等需要，这也是教育内涵发展之根本。无论是教育的整体改革还是学校的课程教学改革，其最终目的都是促进教育内涵发展。教育内涵发展的实质就是实施素质教育，即提高育人质量，关键要解决教育（主要是教学）的有效性和学生健康发展的问题。开展教学心理学研究，为有效教学提供科学支撑，是从“教”（主导）的层面探讨如何科学有

效实施素质教育、保障育人质量的心理学理论和方法；开展心理健康教育研究，为学生素质全面发展奠定良好的心理基础，是从“学”（主体）的层面探讨如何保障素质教育和育人质量的心理学理论和方法。然而，开展“教学心理学”和“心理健康教育”系列研究，必须坚持理论与中国教育实践相结合，研究的问题应从现实教育中发现和提炼，研究结果应能服务于教育现实，这是本丛书的价值追求所在。

本丛书是我和学生们集体探索的结晶，多年来我们通力合作、共同探讨，不仅共同收获了学术研究成果，而且建立了亦师亦友亦同行的良好师生关系，这是我们能多年坚守在这两个研究领域的团队动力。在本丛书付梓之际，首先要感谢丛书各分册作者的支持。在研究和撰写的过程中各位作者都竭力践行既定的研究原则，但因丛书探讨的主题都系探索性课题，多为“初生之物”，难免有不足之处，欢迎同行方家及广大读者批评指正。最后，衷心感谢科学出版社的领导及各位编辑的支持！

张大均

2012年4月5日于西南大学

前 言

依恋理论是在精神分析的理论与实践影响下，在吸纳认知心理学、信息加工理论、进化论、习性学、系统论、控制论等各门学科及分支研究成果的基础上发展起来的心理学理论。同当代精神分析的主流客体关系理论类似，依恋理论强调人际关系特别是亲子关系在个体心理发生及发展中的重要作用。不同于传统的精神分析，依恋研究整合了科学心理学的研究方法和成果，进而在精神分析的实践之外产生了越来越大的影响。随着依恋研究的发展，依恋理论目前已成为人格心理学及发展心理学的一个重要理论框架。

依恋，通常是指个体和重要他人所结成的持久、强烈而亲密的情感联结，个体在这种联结中能感觉到安全和安慰。依恋理论的奠基者鲍尔比（Bowlby）认为，依恋是个体一生“从摇篮到坟墓”都有的一种似本能需要，不仅显现于幼年时期，而且在人生全程中都可以发现依恋现象，同时，依恋需要的满足状况对心理健康有至关重要的影响。根据依恋的内部工作模型理论，个体早期的依恋关系（通常是和父母的依恋关系）会被内化为关于自我、他人及人-我关系的心理表征即内部工作模型（internal working model）。内部工作模型一旦形成就具有相当的稳定性，进而对个体未来的依恋关系、人际关系乃至广泛的社会心理与行为产生持久而深远的影响。此外，依恋理论认为，高品质的依恋关系起着安全基地（secure base）的作用，能使个体以良好的状态同外部世界积极互动，促进社会适应和潜能发挥。从20世纪80年代开始，以儿童为主要对象的依恋研究开始涉及青少年和成人的父母依恋、同伴依恋、婚恋依恋等领域。

大学阶段是人生的关键发展期之一，是从家庭走向社会，从依赖走向独立，由不太成熟的青少年向较为成熟的成年人转变的阶段。进入大学意味着家庭照顾的明显削弱，要求比较独立地应对外部世界的挑战。在崭新的大学环境中，面对新的生活与人际环境，面对新的学习要求，必然存在适应与发展的问題。大学适应的状况如何，直接关系到大学阶段的学业成就、身心健康及人格与社会功能的发展，并将对未来的适应与发展产生长远的影响。从现在的情况看，大学生的学校适应状况不容乐观。不少大学生存在积极人生目标缺失、学习动力不足、学习压力过大、人际适应不良等适应问题，而较高的心理症状检出率和频发的自杀、杀人事件更是反映了学校适应不良造成的严重身心与社会后果。影响学校适应的因素涉及个性、家庭和社会等诸多方面。撇开大的社会环境不谈，个性和家庭因素是导致学校适应个体差异的两个重要方面，而从发展心理学的角度考虑，家庭环境尤其是亲子关系对

于个性形成具有重要影响。根据依恋理论,“依恋关系”是亲子关系的核心方面,是理解亲子关系影响个性发展、身心与社会适应的重要概念工具。作为人格与发展心理学的重要理论框架之一,依恋理论实际上为大学生学校适应研究提供了一个有力的依据。根据依恋理论可以预期,高品质的父母依恋对于大学生学校适应有积极影响,这种积极影响至少来自三个方面:①父母是社会支持(物质和精神上的)的重要来源;②高品质的依恋关系同积极的关于自我、他人、人-我关系的内部工作模型及其他的适应性个性品质有关;③安全的父母依恋提供了探索外部世界的安全基地。

依恋理论特别关注个体的人际关系,认为人际关系状况是影响个体健康发展与良好适应的关键因素,而依恋关系一方面是人际关系的重要组成部分,另一方面也是个体发展其他人际关系的原型。依恋关系,尤其是生命早期形成的父母依恋关系可以预测个体的人际关系能力、社会支持感知等人际方面。简言之,高品质的父母依恋同高水平的人际联结相关。同时,发展自主性或者分离-个体化(separation-individuation)过程通常也被认为是青少年及大学生最重要的发展任务之一,自主性发展的水平对其当下和未来的适应与发展至关重要。不过,传统的发展心理学理论认为,亲子关系的调整是自主性发展的必要条件,也就是说,自主性的发展在一定程度上以亲子联结的削弱为代价,从这个角度看,父母依恋或许对自主性发展,进而对大学生学校适应会有负面影响。那么,父母依恋状况对大学生自主性发展究竟存在何种影响呢?父母依恋、人际联结(如人际关系能力、社会支持感知)、自主性这些因素同大学生学校适应又存在什么样的辩证关系呢?研究上述问题具有较大的理论与现实价值。

国内迄今鲜见有关大学生父母依恋与学校适应关系的经验研究。就国外而言,尽管相关研究不少,初步获得了父母依恋对大学生学校适应有正面影响的支持性证据,但是也存在着各种父母依恋量表维度不统一、依恋的核心假设(内部工作模型理论)缺少经验检验、多变量综合研究较少等不足。此外,就学校适应研究而言,无论是国内还是国外,多变量综合研究同样不多见,研究的系统性和整合性不足。

基于上述分析可知,探究我国大学生父母依恋的维度结构、考察我国大学生父母依恋状况与学校适应状况、检验依恋理论的内部工作模型假设、探索父母依恋影响学校适应的可能机制具有重要的研究价值。第一,可以丰富和深化依恋研究。20世纪80年代以前,依恋研究主要以儿童为对象,有关青少年及成人依恋的经验研究在20世纪80年代以后才逐步成为依恋研究的一部分。特别地,婚恋依恋研究取得了较大进展:①成人婚恋依恋研究借鉴认知心理学和实验心理学的研究范式,对依恋理论的基本假设(如内部工作模型是否存在及其构成)进行检验;②随着婚恋依恋量表的大量涌现,对依恋的维度和测量学问题进行了富有成效的考察和探讨,获得了大量启发性的成果;③还对婚恋依恋同个体身心与社会适应的关系进行

了大量研究,丰富了对作为毕生现象的依恋的理解。与婚恋依恋研究的进展与影响相比,对青少年和大学生父母依恋的研究相对薄弱。相比而言,青少年及大学生父母依恋研究在依恋理论核心假设的经验检验与测量工具的编制方面都远远落后于婚恋依恋研究;此外,有关父母依恋影响青少年及大学生身心与社会适应的经验研究,也主要以简单相关研究为主,多变量综合研究和中介机制研究极为少见。因此,考察大学生父母依恋的主要维度、对依恋的内部工作模型理论进行经验检验并进一步考察父母依恋影响学校适应的可能机制(如自主性发展在其中的作用),有助于依恋研究的丰富和深化。第二,可以推进依恋研究的本土化。目前,国内对青少年及大学生父母依恋的测量主要应用国外父母与同伴依恋问卷(inventory of parent and peer attachment, IPPA)的中文修订版,一方面疏于参照依恋概念本身对测量工具的有效性进行判断,另一方面鲜有自编依恋问卷的报道。因此,探索中国大学生父母依恋的主要维度并编制量表,对依恋研究的本土化有一定的推进作用。第三,可以丰富和深化学校适应研究。一方面,国内目前尽管有少量研究涉及青少年父母依恋与适应的关系,但迄今仍然没有关于大学生父母依恋与学校适应的关系研究;另一方面,国内外学校适应研究总体上不注重多变量综合研究,研究的深度和系统性相对欠缺。因此,考察父母依恋、人际联结、自主性同学校适应的辩证关系,探索父母依恋影响学校适应的可能机制,这对大学生学校适应研究乃至整个学校适应研究是一种丰富和深化。第四,可以为依恋取向的心理咨询与治疗提供理论和经验支持。依恋取向的心理咨询与治疗重视早期依恋关系在未来人际关系中的模板作用,并认为人际风格和人际需要的满足状况对维持心理健康至关重要。上述研究工作可为依恋取向的心理咨询与治疗提供理论与经验支持及简易测量工具。

本书的核心议题包括:①探索中国大学生父母依恋的主要维度,并编制信效度良好的中国大学生父母依恋问卷;②以中国大学生为对象,为依恋的内部工作模型理论提供初步的经验检验;③考察父母依恋与大学生学校适应的相关性,并考察父母依恋影响学校适应的可能机制。

此外,本书的议题还包括考察中国大学生父母依恋和学校适应的基本状况。

曾晓强

2012年10月30日

目 录

总序

前言

第一章 父母依恋与学校适应研究概述.....	1
第一节 父母依恋研究进展.....	1
第二节 学校适应研究进展	19
第二章 中国大学生父母依恋问卷的编制	33
第一节 基本思路	33
第二节 问卷编制	34
第三节 信度与效度	38
第四节 问题与讨论	41
第三章 中国大学生父母依恋的特征	44
第一节 基本思路	44
第二节 研究结果	45
第三节 问题与讨论	53
第四章 依恋内部工作模型理论的初步检验	58
第一节 基本思路	59
第二节 研究结果	62
第三节 问题与讨论	74
第五章 简明大学生学校适应问卷的编制	82
第一节 基本思路	82
第二节 问卷编制	83
第三节 验证性因素分析	86
第四节 问题与讨论	88
第六章 大学生学校适应的特征分析	91
第一节 基本思路	91
第二节 研究结果	92
第三节 问题与讨论	99

第七章 父母依恋对大学生学校适应的影响机制·····	104
第一节 基本思路·····	104
第二节 研究结果·····	105
第三节 问题与讨论·····	116
参考文献·····	121
附录·····	132
附录一 自编大学生父母依恋问卷·····	132
附录二 自编大学生学校适应问卷·····	132
附录三 自尊量表·····	133
附录四 信任他人量表·····	134
附录五 青少年自主性问卷·····	134
附录六 人际关系能力问卷·····	135
附录七 领悟社会支持量表·····	137
附录八 父母与同伴依恋问卷·····	138

原书缺页

精神分析学家的观点或理论所构成的“理论丛”，其中最著名者包括克莱因（Klein）、费尔贝恩（Fairbairn）、马勒（Mahler）、温尼克特（Winnicott）、肯伯格（Kernberg）、科胡特（Kohut）等。客体关系理论所谓的“客体”是指“人类客体”即“人”，客体关系就是人际关系。尽管在上述精神分析学家之间不无分歧，但就总体而言，客体关系理论（丛）是心理动力取向和人际取向的人格发展理论和心理治疗理论。客体关系理论的基本观点包括：①人类行为的原动力是寻求人际关系的建立；②个体早期与重要他人的互动经验（尤其是与照顾者之间的互动经验）是自我图式、他人图式、情绪发展与亲密关系发展的基础；③早期的亲子互动形态对于个人生命图式（脚本）的发展具关键性的影响，且会在日后的亲密关系中重现；④语言发展前的幼儿生命经验对其未来发展有影响。客体关系理论反映了在如何看待人类这一问题上的深刻变化。在客体关系理论中，心灵和构成心灵的心理结构被认为起源于人类的相互作用，而不是起源于受生物本能驱动的张力。与其说人类的行为是受减轻张力的需求而驱动的，不如说是受建立和维持关系的需求而驱动的（卡什丹 2006）。

Bowlby 最初接触的是克莱因派精神分析（客体关系理论的重要发端）并受其影响，不过 Bowlby 随后的研究并不为精神分析主流圈子所接纳，因此他开创的依恋理论通常也并不被视为客体关系理论的一支。尽管如此，依恋理论在最基本的观点或者理论前提上同客体关系理论是一致的，如把关系而不是驱力作为人格发展的根本因素，认为早期亲子关系对个体未来发展有持久影响等。与客体关系理论不同的是，依恋理论吸纳了科学心理学（如认知心理学）及其他现代科学（习性学、系统论等）的概念和方法，注重实证研究，从而逐步脱离传统精神分析，成为当人格与发展理论的重要框架之一，并开始在心理治疗领域中拓展其应用。

参考胡平和孟昭兰（2000）有关国外依恋研究发展阶段的论述，并综合依恋研究的历史和现状（Bretherton 1992），可将国外依恋研究大体上划分为三个阶段。第一阶段从 20 世纪 50 年代末到 20 世纪 80 年代初，是依恋研究的奠基阶段。这个阶段以 Bowlby 和安斯沃思（Ainsworth）的工作为代表。Bowlby 在 50 年代末首先开启了依恋研究（attachment research）的新领域，并分别于 1969、1973、1980 年发表了著名的依恋三部曲，阐述了依恋的本质、机制及其对儿童发展的影响，奠定了依恋研究的理论基础；Ainsworth 则在扎实的经验研究基础上，设计出著名的陌生情境测验（strange situation procedure），区分儿童依恋类型，分析影响儿童依恋的养育因素，奠定了依恋研究的方法学基础。在这一时期，还有大量研究者或团队（如他们的同事或学生）在上述思想和方法的影响下，开展了大量有关儿童依恋的经验研究，为依恋理论提供了经验支持，并展示了依恋关系对于儿童发展的重要影响。第二阶段从 20 世纪 80 年代中叶到 20 世

纪 90 年代中叶,是依恋研究的拓展阶段。研究对象的拓展是这个阶段的重要进展,在最初的儿童亲子依恋(对父母的依恋,以下简称“父母依恋”)研究之外,青少年父母依恋、青少年同伴依恋、成人父母依恋、婚恋依恋成为了依恋研究的对象。与研究对象的拓展相伴随的是,①一系列依恋测量工具的开发,如若干青少年依恋量表(IPPA 等)、成人依恋访谈(adult attachment interview, AAI)、大量的婚恋依恋量表,等等;②依恋类型学(从三类型发展到四类型)和依恋维度研究(类型测量与维度测量的优劣比较、依恋维度的归纳)的进展;③广泛揭示了依恋状况对各年龄段个体身心与社会适应的广泛影响。第三个阶段从 20 世纪 90 年代中叶至今,依恋研究与主流心理学研究范式进一步融合,并拓展在精神病理学与治疗学中的应用。在与主流心理学研究范式的融合方面,婚恋依恋研究者做了大量的工作,他们应用认知心理学和社会心理学的实验研究范式对依恋的运作机制(与依恋相关的内部表征、社会认知、情绪调节和行为反应,以及依恋的无意识运作、防御机制等)进行了富有成效的研究。一方面,为依恋理论及其假设提供了符合主流研究规范的经验证据;另一方面,扩大了动力学取向的心理学研究在主流心理学中的影响(Shaver, Mikulincer 2005)。有些实验室还开展了依恋的神经生理机制研究。在精神病理学和治疗学中的应用方面,精神病学家开展了依恋的精神病理机制的实证研究。同时,依恋取向的心理治疗学和实践也有了实质性的发展,如把来访者和治疗师的关系视为具有矫正意义的依恋关系,关注来访者和治疗师各自的依恋风格对治疗关系的影响等。

就目前国内依恋研究的状况而言,研究的领域和方法同国外均有很大差距,总体上只能说是依恋的跨文化研究的一部分。

二、父母依恋的含义

(一) 父母依恋的内涵

“父母依恋”对应的英文词汇是“parental attachment”,也即通常所谓的“亲子依恋”。实际上在本书中“父母依恋”与“亲子依恋”两个概念可以互换,不过,考虑到目前依恋研究已广泛涉及“同伴依恋”(对朋友的依恋)、“婚恋依恋”(对爱人的依恋)等领域,并且也不能排除存在“父母依恋子女”的可能性,因此本书特别使用“父母依恋”一词表示“对于父母的依恋”,以消除“亲子依恋”一词可能具有的更宽泛外延。

依恋,通常是指个体同重要他人结成的持久、强烈和亲密的情感联结,这种联结能使个体感觉安全和安慰(李同归等 2006;梁兰芝等 2000;史朝霞 2006)。类似地,“父母依恋”可以界定为“个体同母亲或者父亲结成的持久、强烈和亲密的情感联结,这种联结能使个体感觉安全和安慰”,简称为“关系定

义”。不过,这种所谓“能带来安全和安慰的持久、强烈和亲密的情感联结”实质上仅代表一种应然或理想状态,即通常所谓的“安全依恋”;实际上,非理想状态的(如冷漠疏离的)亲子关系同样存在,而依恋研究通常把这些非理想的关系状态视为依恋的不同表现形态,进而描述依恋的安全(或不安全)程度,并区分不同的依恋类型。依据依恋研究奠基者 Bowlby 有关“依恋行为系统”的论述,“依恋”实质上是一种类似本能的内在倾向(innate propensity),从这个角度可以把“父母依恋”界定为“个体为了感觉到安全和安慰而同父母结成持久、强烈和亲密的情感联结的倾向”,简称为“倾向定义”。依恋理论认为,儿童有同自己的主要照顾者(通常是父母)结成理想(或安全)依恋关系的潜在倾向,不过,这种倾向在不同的条件下(如养育方式的差别)会有不同的表达,有的儿童幸运地形成了安全的依恋关系(如依恋的关系定义所描述的),有的则不幸地形成了不安全的依恋关系。因此,依恋的关系定义和倾向定义是相互补充的:关系定义确定了理想依恋或者说安全依恋的标准,倾向定义则表达了依恋作为一种似本能倾向的实质。当前的依恋研究通常认为,依恋不仅存在于亲子间,也可能存在于恋人、夫妻间甚至亲密朋友间。不过,从发生学角度来看,父母依恋(亲子依恋)是个体成长过程中最早发生且影响最为深远的一种依恋关系。父母通常是婴幼儿、学龄期儿童最重要的依恋对象。而对青少年和大学生而言,尽管从理论上讲他们有可能发展出同伴依恋、婚恋依恋等原生家庭外的依恋关系,但是,父母依恋对其成长与适应的影响依然至关重要,其原因至少包括:①父母仍然是个体的主要生活依靠;②在其他依恋关系尚未建立或受到破坏时,父母依恋可以持续满足个体的依恋需要;③父母依恋是其他依恋关系的模板。

依恋研究的另一位奠基者 Ainsworth 对幼儿父母依恋进行了经典的观察和分类,确定了安全的父母依恋的四个核心特征:①保持亲近(proximity maintenance)——寻求并保持与依恋对象的接近,不愿与之分离;②分离痛苦(separation distress)——抗拒与依恋对象的分离,与依恋对象分离会导致苦恼、焦虑、痛苦;③避风港(safe haven)——在遇到问题或威胁时向依恋对象寻求安慰和帮助;④安全基地(secure base)——把依恋对象作为探索周围环境和外部世界的安全基地(Cassidy, Shaver 1999)。不过,保持亲近与分离痛苦常常也被视为同一特征的不同表现,即幼儿有同依恋对象保持亲近的强烈需要,不能忍受与依恋对象的分离。因此,有些学者也把依恋特征归纳为三个:保持亲近与分离痛苦、避风港、安全基地。保持亲近与分离痛苦是依恋的心理和行为表现,后两个特征是依恋关系最重要的功能,即获得保护和安全感、助长探索行为。实际上,上述特征不但适用于儿童依恋,也被依恋研究者视为描述一切依恋关系是否安全的核心特征。鉴于上述特征对于鉴定依恋关系及其安全性的重要意义,上述特征构成了编制依恋问卷的重要依据。

（二）依恋行为系统

对于依恋的本质、发生、形态和功能, Bowlby 等依恋研究者在有关依恋行为系统的论述中进行了说明。依据进化论和习性学的观点, Bowlby 认为人类在长期的生物进化历程中发展出了各种动机-行为系统 (activation and behavior systems), 如饮食行为系统、交配行为系统、养育行为系统、探索行为系统、依恋行为系统等, 这些行为系统的最终功能都是促进生存和繁衍。在 Bowlby 看来, 依恋行为具有生存适应性, 弱小的婴幼儿在亲近和依附照料者的条件下更有机会存活, 因而人类在长期的自然选择中发展出依恋行为系统 (李同归 2006)。Bowlby 认为, 尽管依恋行为系统和其他行为系统共存于人类有机体并相互作用, 但依恋行为系统仍然具有相对独立性, 因此, 人类的依恋动机或者说对亲密关系的需要是固有的、先天的, 而不是其他需要或动机的后天派生物。上述假设可由某些事实获得部分支持, 例如, 某些动物具有印刻行为; 幼猴更偏好软布制作的假猴, 而不是铁丝制作的、即使带有奶瓶的假猴; 母爱剥夺和母婴分离会对儿童发展产生严重的消极后果, 等等。Bowlby 认为, 不仅儿童有依恋需要, 而且人类“从摇篮到坟墓”整个一生都有依恋需要, 因此依恋关系对于人一生的康乐和适应都有重要影响。

依恋行为系统调控着依恋行为, 在不同的条件下依恋行为会有不同的表现, 并产生特定的心理后果。当个体体验到危险和威胁时, 依恋行为系统就被激活, 这时个体就会产生向依恋对象 (通常是父母) 寻求亲近的行为。如果达到目的, 即获得了依恋对象的关注和适宜的照料, 那么个体就重新获得安全感。不过, 如果这种寻求不能获得依恋对象的关注和反应, 个体会产生强烈的不安全感, 个体会进一步判断寻求亲近的行为究竟是否可行。如果个体感觉不可行的话, 就会采取不激活的策略, 放弃寻求亲近的企图, 试图一个人应付困难, 或者采取逃避策略, 疏远威胁及与依恋相关的线索, 进而在依恋关系中变得冷漠; 如果感觉可行, 就会采取过度激活的策略, 强化寻求接近的企图以获得依恋对象的关注和支持, 以至于对威胁及与依恋有关的线索过度关注和警觉, 在依恋关系中变得过度纠缠和敏感 (Shaver, Mikulincer 2005)。由于养育方式 (或敏感周到, 或冷漠拒绝, 或焦虑无能, 等等) 通常具有一定的稳定性, 依恋行为系统调控的依恋心理和行为会形成一定的风格, 即形成不同的依恋风格或类型。

此外, 依恋理论特别关注依恋行为系统和探索行为系统的动力平衡, 其典型表现是儿童的安全基地行为 (陈会昌, 梁兰芝 2000)。当儿童感觉安全的时候, 探索行为系统就被启动, 此时儿童富有探索兴趣, 积极探索外部世界, 包括物理世界和社会世界。如果儿童感觉到威胁, 则探索行为系统暂时潜伏, 而依恋行为

系统被激活,儿童重新寻求依恋对象(通常是父母)的亲近、安慰、协助,如果依恋对象做出敏感而适宜的反应,儿童会再次获得安全感,而探索行为系统也随即激活。简而言之,在安全的依恋关系中,依恋对象被儿童当做探索外部世界的安全基地。安全的依恋关系助长儿童对外部世界的独立探索,发展社会能力;不安全的依恋关系则不然。

(三) 内部工作模型

依恋的内部工作模型(internal working model)是个体基于自身依恋经验而形成的关于自我和依恋对象的心理表征,是包含认知、情感及动机成分的心理图式(王争艳等 2005)。最初的内部工作模型是儿童在与主要照顾者(通常是母亲或父亲)的长期互动中将依恋经验内化而形成的。随着儿童心理机能的逐步成熟及相似依恋经验的不断重复,依恋的内部工作模型会逐渐稳固下来。依恋的内部工作模型包括互补的两个部分:一个是关于依恋对象的(通常是父母),即依恋对象在提供照顾和支持方面是否值得信赖;另一个是关于自己的,即自我是否有价值并有能力获得依恋对象的照料、帮助和爱。通常,如果依恋对象在儿童需要保护和照顾时能敏感而适宜地做出反应,那么儿童就会形成对自我和依恋对象的积极表征:自己是可爱的、被接纳的、有能力和有价值的;依恋对象是可靠而值得信赖的。如果依恋对象经常忽视、拒绝儿童的需要,或者对儿童需要的反应不适当或不一致,那么儿童就会形成消极的自我表征和他人表征:自己不可爱、不被接纳、没有价值、没有能力;依恋对象不可靠、不可信赖。依恋理论认为,以儿童期依恋经验为基础的依恋内部工作模型会泛化为关于一般他人和自我的内部工作模型,即一般的他人模型和自我模型,进而对个体在人际互动中的认知、情绪及行为产生影响。由于父母通常是个体从出生到成人初期最重要甚至是唯一的依恋对象,因此依恋的内部工作模型主要反映了对父母的依恋经验。

内部工作模型的概念之所以重要,在于它可以说明父母依恋的运作机制和影响机制。首先,它能预测和解释依恋模式(依恋风格、依恋类型)的稳定性。同认知心理学关于认知图式的观点相似,依恋理论认为,内部工作模型有同化和顺应两种工作机制。在稳固的内部工作模型建立起来之前,以顺应新经验为主;而内部工作模型一旦牢固建立,则以同化机制为主,倾向于把与已有模型一致的信息同化到工作模型中,甚至不惜以扭曲它们为代价,这种运作往往是自动的、无意识的,因此内部工作模型倾向于抗拒改变、保持稳定(尤瑾,郭永玉 2008)。由于内部工作模型相对稳定,再加上依恋对象的养育行为通常具有一致性,个体的依恋模式倾向于保持稳定。不过,稳定不是绝对的,某些与依恋相关的重大生活事件仍然可以改变内部工作模型和依恋模式,如父母死亡、父母离异、父母或

孩子罹患重大疾病、父母精神失常、被家庭成员虐待、心理治疗经验等。其次,内部工作模型概念能说明依恋模式对于个体一般人际风格的影响。如前所述,由于早期依恋经验的重要性,依恋风格可能会发生迁移(如父母依恋风格影响婚恋依恋风格),也可能会泛化为关于自我和一般他人的内部工作模型,影响个体对人际行为的解释、预期、情感、动机和行为,进而形成适应或不适应的人际风格。

依恋的内部工作模型概念最早由 Bowlby 提出,不过最初只停留在理论假设或隐喻的水平上,缺乏实证。目前,已有研究者应用认知心理学的启动、回忆再认等认知研究范式为内部工作模型的存在提供了实验证据(王争艳等 2005)。也有研究者针对内部工作模型对人际认知、情绪调控、行为反应的影响做了大量研究,获得不少发现。例如:①在认知加工方面,内部工作模型影响个体对他人可接近性和反应敏感性的普遍预期。在模糊情境下,个体将根据内部工作模型对他人的行为做出归因、解释和评价。工作模型会影响个体对人际信息的选择、知觉和记忆,更倾向于知觉与原有模型一致的信息,将之同化进入已有模型,甚至会导致与工作模型一致的错误记忆的产生。②在情感调节方面,个体对生活事件的表征包含着与事件相关的情感表征。内部工作模型对个体的情感反应有重要影响,如安全依恋的个体会有更多的积极情感、更少的消极情感,即便有消极情感的表达,对于人际关系的调节也往往有积极效果;而不安全依恋的个体会有更多的消极情感,这些消极情感往往对人际关系具有消极甚至破坏作用。③在行为反应方面,内部工作模型构成了指导个体对压力情境如何反应的规则。有研究表明,安全依恋型个体对自我、他人和外在威胁都有积极的预期。感受到外在威胁时,会毫不犹豫地 toward 依恋对象寻求接触和支持,并更乐于参与社会互动;在发生人际冲突时,则会综合考虑自己和对方的立场,更开放地讨论问题、解决冲突(尤瑾,郭永玉 2008)。

总体而言,依恋的内部工作模型作为一种内在心理图式,具有如下性质:①源于早期依恋经验;②具有相当的稳定性,除非遭遇重大生活变故,工作模型的核心属性不会改变;③对个体毕生发展和适应有重要影响,儿童期的依恋经验可以迁移到青少年期乃至成人期的依恋关系中,并且影响个体的一般人际风格,进而对个体毕生的身心与社会适应产生持久而广泛的影响。

三、父母依恋的类型

基于不同的被养育经验,儿童会形成不同的依恋风格或类型。如果父母对儿童的照顾是敏感的、适宜的和支持性的,儿童的依恋需要得到合理满足,则形成安全的依恋风格。反之,则会形成不安全的依恋风格。由于父母的养育方式和个体形成的依恋内部工作模型均有相当的稳定性,个体的依恋类型(风格)也相当