

悦读丛书



浙江省社科普及全额资助项目

浙江省社科规划一般课题

——16KPCB02YB——

大学生

爱情心理学：

理论·案例·测量

李建伟 等著



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

悦读丛书



浙江省社科普及全额资助项目

浙江省社科规划一般课题

——16KPCB02YB——

大学生

爱情心理学：

理论 · 案例 · 测量

李建伟 等著



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

大学生爱情心理学:理论·案例·测量 / 李建伟等著.
—杭州:浙江工商大学出版社, 2016. 4

ISBN 978-7-5178-1540-2

I. ①大… II. ①李… III. ①大学生—恋爱心理学
IV. ①C913.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 025074 号

大学生爱情心理学:理论·案例·测量

李建伟 等著

责任编辑 梁春晓 胡亚娟

封面设计 林朦朦

责任印制 包建辉

出版发行 浙江工商大学出版社

(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)

(E-mail: zjgsupress@163.com)

(网址: <http://www.zjgsupress.com>)

电话: 0571-88904980, 88831806(传真)

排 版 杭州朝曦图文设计有限公司

印 刷 杭州五象印务有限公司

开 本 710mm×1000mm 1/16

印 张 15.25

字 数 258 千

版 次 2016 年 4 月第 1 版 2016 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5178-1540-2

定 价 39.80 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江工商大学出版社营销部邮购电话 0571-88804970

内容简介

本书是作者 10 余年来从事爱情心理学教学、研究和咨询的倾力之作,共分为三部分:

在“爱情心理的理论探索”中,作者研究得出了爱情的心理类型、故事类型和“中国大学生的爱情心理地图”,创建了我国大学生的本土化爱情心理理论——“三角形—外接圆”理论,提出了“爱情的球形”理论构想,并对大学生的爱情教育做了综述。

在“爱情案例咨询与启示”中,作者与近 20 名国家二级心理咨询师一起完整呈现了 20 个爱情心理案例,每个案例都遵循了“案例简介、咨询过程、爱情启示、参考文献”的统一范式。

在“爱情心理的科学测量:工具与方法”中,作者搜集了国内外较为权威的爱情心理和婚姻心理的科学测量工具,并给出了相应的测量方法,可以帮助使用者较为科学地测量、了解自己的爱情心理。

爱情心理学：古老而又年轻的科学

一

爱情心理学是门古老而又年轻的科学。言其古老,因为她是有人类以来就存在的最美好的情感科学;言其年轻,因为对爱情的科学研究历史非常短暂。从基本上讲,爱情是一个心理学课题,虽然需要生理学、社会学、伦理学等多学科的支撑研究,但是对其本质的揭示最终依赖于心理科学的发展。

出于对爱情心理学浓厚的研究兴趣,研究者早在 2005 年就尝试组建了“爱情心理学研究小组”,这是一个为着共同的研究兴趣而由心理学、教育学、社会学等不同学科专业背景的研究生组成的学习研究小组。该小组成立之时,非常稚嫩,以至于搞不清楚应该采用什么研究方法去探索爱情,于是定期召开小组讨论会便成为最主要的研究方式,现在看来,当初的所谓“讨论”是多么好的质性研究啊。

经过研究生期间的学习,尤其是心理学研究方法的熏陶,爱情心理学的研究逐步取得了一定的成绩。在此期间,研究小组的成员不断地变换,其中“离开”成了主题:有的因兴趣减弱而离开,有的因有了新的研究兴趣而离开,有的因看不到研究成果而离开……好在本人的研究兴趣依旧浓厚,坚持学习,坚持探索,有迷茫也有清晰,有失落也有快乐,好比经历着另一个人生。

二

2008 年,研究者开始到浙江工商大学工作,工作、学习、研究环境的新变化,迫使研究者重新成立了“爱情心理学研究小组”,将有志于研究爱情心理的老师组成一个研究团队,从心理学、社会学、生理学等多个角度展开对爱情心理的探索。由于这个团队对爱情心理的浓厚兴趣和对真理的美好向往,目前该团队已经围绕“爱情心理”“恋爱心理”发表了 30 多篇学术论文,申请了 4 个省厅级课题。

在可预见的将来,爱情心理学的科学研究必会受到高校研究者越来越多

的重视,不但将逐步成为学界的研究热点,也必将成为高校思想政治教育工作者关注的热点。当前,浙江工商大学以团队的形式集中精力研究大学生的爱情心理,在国内外都是罕见的。从这方面讲,浙江工商大学的教育工作者走在了大学生教育的前列,也充分体现了思政教育工作者对大学生心理需求的敏感、关注和回应。

从教育理念的层面看,加强爱情心理学的研究是对当前大学生恋爱这一普遍问题的积极应对,也是对偏重大学生的专业技能教育而忽略大学生情感教育的做法的突破,凸显了对当代大学生进行情感教育,将学生培养成情感丰富、人格健全的“真人”的前瞻思路和理念。

三

科学研究应当“学以致用”。有了一定的研究基础后,我们本打算为大学生开设一门“爱情心理学”的课程,但出于种种原因而没有被批准。因此,研究者只好选择在“思想道德修养与法律基础”课上向同学们讲授什么是爱情,引导同学们科学地认知爱情,树立积极的爱情价值观。这在当时引起了同学们极大的兴趣,也更加坚定了研究者开设这样一门课的决心。

可以说,在“爱情心理学”课程的开设上,国内高校做得还远远不够。教育部早在2011年就发布了《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》,要求各高校根据学生培养目标,结合本校实际情况,设计心理健康教育课程体系,并将性心理和恋爱心理等心理健康课设为大学生的必修内容。

然而,现实情况是,由于受传统认知思维的限制和对当代大学生现实心理的了解不到位等因素的制约,国内很少有高等院校开设与爱情心理有关的课程。在此境遇下,我们有理由这样说:

凡是开设“爱情心理学”课程的高校都是有见识的高校,凡是开设“爱情心理学”课程的老师都是有勇气的老师。

我们相信,今后将会出现更多有见识的高校和更多有勇气的教师。

四

随着对大学生心理状况、生活情境的认识,教育者对大学生的恋爱现象及其隐藏的爱情心理有了更加积极的认知,开始将爱情心理纳入学生教育,尤其是情感教育的重要内容。于是,2015年上半年浙江工商大学率先开设了浙江省内第一门“爱情心理学”全校选修课,开始向大学生传授较为科学的爱情心

理知识,并穿插以爱情心理的咨询和指导。

研究者秉承这样的教育教学理念:

“未来社会,一个有竞争力的人,不但要有过硬的专业知识和技能,还要拥有丰富的感情,而爱情则是人格完善、人生美满的核心要素。”

因此,研究者采取了这样的授课方式:

首先,推出8个课时的专题讲座,主要讲授爱情的起源、爱情心理的概念和内涵、爱情心理的产生与培育等;至少6个课时的“爱情故事:叙事与分析”,主要是由学生对自己的或者周围他人的真实的爱情故事进行“叙事”,并围绕这段爱情关系的优缺点、理想爱情的内涵与特征、培育理想爱情的方法与策略等进行初步的分析。

然后,授课教师结合爱情心理学的相关理论和人生体悟对该“爱情故事”以及该“爱情故事”的优缺点、学生心目中的理想爱情、培育理想爱情的方法等进行评析和指导;同时,至少一名男生、一名女生以自己的认知对该同学的爱情叙事做评析。

最后,叙事的学生结合教师、同学们的评析和指导再对爱情进行深度省思,形成自己大学期间的“大学印记:我的爱情”作业。

学生在老师的唤醒和引导下,可以在大学期间开始对爱情进行科学的反思,将爱情与学业、生活、未来发展等统一纳入人生这一个大的课题之中进行统筹规划,能够更加理性地去认知和处理情感问题,最终逐步实现自我人格的养成。

实践证明,该教学方法是对经典的“叙事疗法”的继承和创新。

五

“叙事”(narrative),亦称为“叙述”,即“讲故事”,作为心理咨询师的教师要做的就是倾听并回应当事人的叙述,并注意以“解构式问话”“开启空间的问话”等改变当事人旧的思维模式和习惯性用语,借助询问、质疑、解释、阐述及忽视等谈话技术,探寻当事人隐藏的真实,敏锐寻找当事人的故事中的核心问题,将“心病灶”“心结”稀释或解除。因此,叙事治疗的高妙之处在于可以通过人类行为的“故事特性”,借助个体所阐释的故事帮助其找出并重拾生命中被遗漏或模糊了的具有积极意义的生活故事或故事片段,以及原有故事中所隐藏的积极意义,最终使得当事人以此为契机重新建构生活之意义,唤起当事人自身的内在生命力。

研究者在“爱情心理学”的授课中采用的叙事疗法是一种独到的心理治疗模式,既浸润了后现代主义精神,又真正体现了心理咨询中“以人为本”与“助人自助”的基本精神。叙事治疗的理论建构主张人是一个讲故事者,总是活在自身与他人的故事中,其活动和经历很多是充满了“意义”的故事。因此,人类行为有着“故事特性”,人类喜欢通过建构故事和倾听他人的故事来处理经验。换言之,人类生活在自己建构的故事世界之中,不断地以文化、哲学、宗教、环境、物质生活与人际关系等“建构”着属于自己的心理世界,可以说,人们的经验、意义是通过社会建构(social construction)来完成的,即使同样的故事也会产生不同的内涵。

因此,在课堂上或在心理咨询室里由大学生“叙述”自己的或认识的“他人”的真实故事,在研究者的指导下对故事进行个体化的深刻剖析,根据自己的认知理解对故事进行“重构”,进而形成个体自己“心目中的理想爱情”,最终在此基础上给出自己的“心理出路”,这样也就最大限度地贴近了个案,充分体现了叙事精神的实践特性。这些都有利于个体的心理矫正和成长,尤其是个体爱情心理的良善发展和人格发育。

总而言之,我们认为,对叙事理论进行修正和创新,并以此为指导去开展“爱情心理学”课程的授课和心理咨询是对大学生进行爱情教育引导的非常好的教育教学理念和方法。

六

经过10年的追求、坚持与积累,我们的“爱情心理学研究小组”开始得到学校和上级部门的重视和大力支持。2014年5月,“爱情心理学研究小组”的工作室被学校确定为首批辅导员“名师工作室”,得到首批2万元的经费支持;2015年5月,“爱情心理学研究小组”又被确定为学校重点科研团队;2015年6月,以爱情心理工作室为载体和范本而申报的课题又获得教育部人文社会科学研究课题立项。其间,研究者的著作《爱情心理学》在844件学术著作中脱颖而出,获首期“中国青年学者学术出版基金”资助,代表名师工作室向教育厅领导汇报了爱情心理学的课程研发、科学研究、心理咨询等。

10年,是一个富有无数含义的象征;10年,只要你坚持,就没有理由不创造辉煌。

10年了,虽然不敢奢谈辉煌,但是可以说,我们的研究团队已经走在了爱情心理学科学研究的前列,已经走出了自己的特色。

七

然而,对于爱情心理学的研究和教学,时至今日依然有为数不少的人是不认同或者不够认同的,这不得不说是教育的短视。

关于个人为什么要建立这样一个小组并进行研究和教学,首先是自己的兴趣使然,这是研究者一直想做的事;其次就是研究者的调查和研究发现:80%以上的同学对爱情心理学这门课程十分赞同和支持;同时,现实中大学生心理问题的70%—80%都是情感问题,其中情感问题的70%—80%又都是爱情或恋爱问题。可惜的是另一个现实状况,大学教师普遍缺少对爱情心理专门的科学研究,而现在的大学生则喜欢做一些娱乐杂志上的爱情心理测验,这些都是不科学的,真正的爱情心理测试是要基于科学的爱情心理测量工具的。

因此,研究者想要用一种科学的态度去引导大学生科学地认知自己的爱情心理!

我们有理由相信,这个时代正在逐渐变得开放,随之而来的则是对爱情认知的开明和自然,而这意味着大学生将面临更多的爱情心理疑惑和问题。作为教育者,尤其是学生教育者,须以前瞻的思维和视角去研究和探索,主动呼应大学生的心理需求。我们相信,只有顺着科学的大道去梳理大学生的心理,才能培育学生健全而和谐的人格。在这一点上,浙江大学做得比较好,他们的一个学院在2013年新生踏入校门时告诉大学生:大学期间至少应该恋爱一次,无论成败。这条规定好就好在,教育者开明而又聪明地认识到,爱情问题是不能回避的,是要主动面对和主动作为的。像浙江大学这样的做法,直接将爱情当作教育的载体,锻炼了学生的交际能力、情感应对能力,失败了还能提高抗挫折能力。

八

本书共分为三篇,分别是“爱情心理的理论探索”“爱情案例咨询与启示”“爱情心理的科学测量:工具与方法”。

第一篇主要是通过通过对国内外爱情心理的科学研究的分析,以实证研究与质性研究相结合的方法探索出了爱情的心理类型、故事类型和“中国大学生的爱情心理地图”,创建了我国大学生的本土化爱情心理理论——“三角形—外接圆”理论,并初步提出了“爱情的球形”理论构想。以“质”与“量”相整合的思想为指导,以隐含研究为主,探索出了当代中国大学生的爱情类型并从该角度

揭示了大学生的爱情心理结构及其现状,然后在此基础上,对近十年我国大学生的爱情教育研究进行了综述。

第二篇主要是对 20 件国家二级心理咨询师提供的真实咨询案例做了适当的加工,增加了相应的爱情心理理论,从而保障了案例的趣味性、可读性与科学性。通篇形成了“案例简介、咨询过程、爱情启示、参考文献”的统一范式,符合研究者和学习者的思维习惯。20 个案例都是国家二级心理咨询师从多年的心理咨询和学生教育工作中提炼和加工的,涵盖了恋爱伤害、多角恋、同性恋、跨国恋等典型案例,并较为完整地呈现了国家级心理咨询师对案例的整个咨询过程,对读者具有较大的吸引力。

第三篇为作者搜集的国内外较为权威的爱情心理和婚姻心理的科学测量工具,并给出了相应的测量方法,可以帮助使用者较为科学地测量、了解自己的爱情心理。

九

关于爱情,也许每个人都以为自己很懂,但这只不过是一种不可名状的、朴素的理解与感觉。从理论上讲,爱情又是什么呢?难道爱情仅仅是人际关系的最高层次,是人最基本的情愫,同时又植根于人的一种生物本能?爱情心理的特征、爱情心理的发展规律究竟如何?诸如此类的爱情问题,需要的是科学研究,需要的是以教学的方式、咨询的方式传授给处于人格发育期的当代大学生。

如果你想对爱情有一个系统性的、科学化的了解,并想对自我有一个理性的、全面的认知,那么欢迎你走进爱情心理学研究、教学、咨询的殿堂,去学会以对的方式“爱”对爱情!

李建伟

二〇一五年十二月十一日

CONTENTS | 目录

第一篇 爱情心理的理论探索

中国大学生爱情类型的隐含研究

——基于“质”与“量”相整合的研究方法

..... 李建伟 邓 芸 尹红峰 002

中国大学生爱情心理的故事类型学研究初探..... 李建伟 陈晓明 020

近十年我国大学生爱情教育研究综述..... 王阳光 李建伟 潘 蓉 030

中国大学生爱情心理的模型建构与理论阐释

..... 李建伟 胡凌燕 王阳光 037

第二篇 爱情案例咨询与启示

寻找自我,认识真爱

——一例爱情迷失者的咨询案例及其爱情启示

..... 李建伟 郑 颖 鲍碧丽 045

雾里看花,寻光觅华

——一例异地恋者的咨询案例及其爱情启示

..... 孔祥军 李建伟 郑云华 054

完善自我,真爱他人

——一例失恋者的咨询案例及其爱情启示

..... 王秋玲 李建伟 063

爱有平等,自卑是毒

——一例爱情自卑者的咨询案例及其爱情启示

..... 张乐华 李建伟 郑云华 071

因孤而爱,因爱不孤				
——一例回避型成人依恋者的咨询案例及其爱情启示				
.....	郑颖	李建伟		080
左手理想,右手爱情				
——一例恋爱矛盾者的咨询案例及其爱情启示				
.....	王庆生	李建伟	何云凤	087
我生君少,我少君老				
——一例师生恋者的咨询案例及其爱情启示				
.....	沈巧玲	李建伟		095
父爱如山,爱情似水				
——一例恋父情结者的咨询案例及其爱情启示				
.....	黄朝峰	李建伟	王庆生	104
境随心转,把握当下				
——一例在爱情中找回自我者的咨询案例及其爱情启示				
.....	王阳光	李建伟		111
摆脱恐惧,悦纳异性				
——一例异性交往恐惧者的咨询案例及其爱情启示				
.....	何云凤	李建伟	王庆生	120
爱海茫茫,善智者得				
——一例爱情迷茫者的咨询案例及其爱情启示				
.....	尹红峰	杨文博	李建伟	125
漂洋过海,爱意难改				
——一例中外跨国恋者的咨询案例及其爱情启示				
.....	潘蓉	鲍碧丽	李建伟	136
花开有爱,花开灿烂				
——一例失恋受伤者的咨询案例及其爱情启示				
.....	闫涛	李建伟	袁娟	143
真爱是舟,距离如沟				
——一例异地恋者的咨询案例及其爱情启示				
.....	郑云华	李建伟		151

爱无完美,接纳他人				
——一例障碍型爱情完美主义者的咨询案例及其爱情启示				
.....	李建伟	沈巧玲	刘望秀	161
爱己爱人,爱人达己				
——一例坎坷情路者的咨询案例及其爱情启示				
.....	袁 娟	刘望秀	李建伟	169
追求完美,爱不再美				
——一例爱情完美主义者的咨询案例及其爱情启示				
.....	邓 芸	李建伟	王秋玲	178
彼岸花开,只待静美				
——一例大学生男同性恋失恋者的咨询案例及其爱情启示				
.....	鲍碧丽	潘 蓉	李建伟	186
雾里看花,水中望月				
——一例大学女生伪同性恋者的咨询案例及其爱情启示				
.....	刘望秀	袁 娟	李建伟	194
敞开心怀,拥抱真爱				
——一例初尝爱情者的咨询案例及其爱情启示				
.....	陈晓明	李建伟		203

第三篇 爱情心理的科学测量:工具与方法

爱情量表和喜欢量表	210
斯腾伯格的爱情三角量表	212
爱情态度自评量表	215
爱情深度量表	218
婚姻质量问卷	220
后 记	228

第一篇
爱情心理的理论探索

中国大学生爱情类型的隐含研究*

——基于“质”与“量”相整合的研究方法

李建伟 邓 芸 尹红峰

摘 要:本研究以“质”与“量”相整合的思想为指导,以隐含研究为主,调研了2007—2010年的大学生爱情观,旨在通过探索当代中国大学生的爱情类型,揭示其爱情心理结构及其现状。结果发现:①依恋型、倾慕型、激情型等17种爱情观构成当代大学生总体的爱情类型。②激情型、朋友型、依恋型、理智型、责任型、矛盾型等成为最主要的爱情类型,并构成了较稳定的“爱情蝴蝶图”。③当代大学生心目中的爱情构念由情感—性、理智—矛盾、现实—幻想三个维度构成。④17种爱情类型可进一步分离为爱情的向心力和离心力两个基本大类:激情型、朋友型、依恋型、矛盾型、奉献型、缘分型、责任型、倾慕型构成爱情的向心力;游戏型、完美型、浪漫型、承诺型、自由型、喜欢型、混乱/模糊型构成爱情的离心力;理智型、柏拉图型不属于上述两种力量。⑤爱情观的激情型、游戏型、朋友型、依恋型、理智型、奉献型、缘分型、矛盾型维度上都存在显著的性别、年级和独生与否的差异。⑥在爱情的向心力上存在显著的性别差异,女生高于男生;在离心力上存在边缘性显著的城乡差异,城镇学生高于农村学生。

关键词:爱情类型 隐含研究方法 质的研究 量的研究 爱情蝴蝶图

一、国内外爱情类型理论研究的回顾

爱情是大学校园里经久不衰的热点话题,渗透着青年人的大学生活,深刻地影响着其人格发展和人生的幸福度。然而,心理学领域对其进行的研究却与其重要性很不相称,至今也仅有少数社会心理学家的些微研究^[1]。当面对“爱情是什么”的提问时,心理学界依然无法给出令人信服的答案。

* 项目来源:本文系2016年浙江工商大学高等教育研究重点课题“当代大学生爱情心理的结构、特点与理论模型构建”(项目编号:XGY16021)、“大学生‘恋爱伤害’的类型、特征与教育对策”(项目编号:XGY16009)的阶段性成果。

国外爱情观的研究起步较早,是伴随着对爱情本质的研究而兴起的。20世纪30年代,精神分析学的巨匠弗洛伊德开启了心理学家研究爱情的先河。^[2]他认为爱情起源于非病理性的人格缺陷,这种人格缺陷是人类的内在状态和存在,由于人类不能实现自身所有的理想,因此,爱情成为其伴侣所反映出来的个人未实现的理想概念。^[3]然而,有学者却认为爱情是不能被定义的,因为爱情是社会性、生理性和主观情感综合作用的复杂体,直接的界定概念不具备科学性。^[4]

那么,应该如何去探索爱情的本质呢?

既然爱情概念的复杂性、多维性和变迁性决定了不能直接去探索其本质,社会心理学家选择了通过研究爱情的类型来间接探究爱情本质的路径和方法,并取得了丰富的成果。这种通过爱情类型探索爱情本质,界定爱情概念的方法更为深刻、全面地构念了个体对爱情的自我解释,能够更好地呈现个体的爱情观,并指导其爱情行为,更具备科学性。^[5,6]

社会心理学家 Lee 在归纳分析各种文学、历史文献、访谈资料等的基础上,提出了著名的“爱情的颜色理论”,^[6]认为可将爱情观分为6种类型:激情型(Eros),即恋爱是基于双方的气质、外貌等身体特征的吸引;游戏型(Ludus),类似于花花公子,对爱情持游戏态度,游戏于多个恋人之间;朋友型(Storge),指爱情基于长时间的做朋友的基础,并能一直以朋友的方式相处;依恋型(Mania,亦称占有型),认为爱情以占有、嫉妒或者依恋对方为表征;理智型(Pragma),对爱情持实用主义态度,注重对方的背景;奉献型(Agape),指的是为了使对方过得更好而愿意牺牲自己的一切的爱情类别。个体在6种类别上都有自己的定位,只是在不同类别上的侧重度不同而已。^[7]

Sternberg 提出了著名的“爱情三元理论(Triangular Theory of Love)”,将爱情分解为三要素:亲密(Intimacy)、激情(Passion)和承诺(Commitment)。3种要素的不同组合构成8种爱情类型:喜欢式爱情(只有亲密)、迷恋式爱情(只有激情)、空洞式爱情(只有承诺)、浪漫式爱情(亲密+激情)、友谊式爱情(亲密+承诺)、愚蠢式爱情(激情+承诺)、完美式爱情(亲密+激情+承诺)、无爱式(3种要素皆无)。^[8]10年后,Sternberg 又提出了关于爱情的“故事理论”,^[9]从“原型”出发直接探究个体的爱情观念、体验。爱情的“故事理论”主要包括26种爱情故事:艺术性(注重外貌和表现)、成瘾(强调依恋)、幻想(骑士情结、公主情结)、商业关系(强调伴侣间的商业伙伴关系)、食谱(特定的方式消解爱情、保养爱情)、收藏(强调独立、投注)、园艺(强调服侍、关爱)、支配

(独裁,或者民主)、游戏、恐怖(强调爱情因恐吓而有趣)、历史(强调对爱情的记忆)、幽默(强调趣味性)、神秘(强调神秘性)、房子和家(强调家对爱情的保养)、色情(强调爱的低微性)、信仰、牺牲(强调奉献)、监督(强调不信任性、独占)、复原(强调受伤后的接受能力)、科学(强调爱情的可观察、可理解)、科幻小说(强调神奇、特别)、战争、旅行、戏剧、裁缝(强调爱情的可塑性)、学生一老师(爱情是师徒关系,师生恋)。爱情故事理论主要是基于对大量的个案资料的质性分析和总结而得出的原型式爱情类型,较之单纯的实证研究更具深层的表征性。

西方学者对于爱情的研究呈现层级递进的态势,学者们以彼此的理论成果为借鉴,站在彼此的肩膀上共同将对爱情本质的探索逐步推向深入。Yela在 Sternberg“爱情三元理论”的基础上,将其中的“激情”分解为性的激情和浪漫的激情,从而将爱情三元理论发展为四元理论:性的激情(强调肉体、情欲)、浪漫的激情(强调心理上对爱情的需求、信念、理想和渴望)、亲密(强调伴侣间的信任、交流、互助)、承诺(强调对爱情的责任、计划)。^[10] Yela对爱情三元理论的细化研究是对爱情本质的一种更深层次的探索,有助于更清晰地还原爱情的原貌。无独有偶,Berscheid也将爱情定义为4种类型:依恋的爱(强调寻求保护、关爱)、怜悯的爱(强调移情、助人)、友谊的爱(强调爱我所爱)、浪漫的爱(强调亲密和激情)。Bartholomeco和 Horowitz则将爱情关系解释为依恋过程,提出了四类依恋(爱情)模式,即安全型、专注型、恐惧型和冷漠型。^[11]此外,Knox和 Sporakowski将爱情划分为浪漫主义和现实主义,并认为是个体两种最基本的爱情态度。^[12] Hatfield和 Walster将爱情划分为伴侣型(Companionate love)、狂热型(Passionat love)两种,^[13]这成为后来研究者认可的最基本的爱情分类之一。

国内心理学对爱情的研究具有数量少、起步晚、缺乏系统性的特点。^[14]老一辈心理学家张述祖早在1937年就发表了《儿童亲属爱的差异》论文,几乎与弗洛伊德同步。张耀翔则在《情绪心理》(1947年刊行)中最早论及“爱的心理”,初步涉及性爱、恋爱、本能的爱。鄢静的研究发现,成年人的爱情包含4种要素——亲密关系、激情、忠贞、责任感,^[15]非常接近 Sternberg的“爱情三元理论”,与西方爱情心理的结构研究形成了较好的映照。

国内最有实证意义的研究当属李朝旭等对爱情观念的探索。^[16,17]其研究依据激活扩散模型,基于亲疏度进行系统聚类后得到了爱情五要素:伦理与责任、浪漫体验、冲突及痛苦、理性和朋友式关爱。在联想强度上,浪漫、冲突等