

大学生成人依恋对浪漫关系满意度的影响： 恋爱效能感的中介作用

孙慧慧

济南大学教育与心理科学学院，山东 济南

收稿日期：2023年11月25日；录用日期：2024年1月2日；发布日期：2024年1月9日

摘要

目的：探究大学生成人依恋、恋爱效能感、浪漫关系满意度的关系。方法：采用亲密关系经历量表、恋爱效能感量表、亲密关系满意度量表对411名大学生进行施测。结果：1) 成人依恋、恋爱效能感和浪漫关系满意度之间两两相关；2) 成人依恋能够显著负向预测恋爱效能感；3) 恋爱效能感能够显著正向预测浪漫关系满意度；4) 恋爱效能感在成人依恋对浪漫关系满意度的影响中起到完全中介作用。结论：恋爱效能感在成人依恋对浪漫关系满意度的影响中起到完全中介作用。

关键词

大学生，成人依恋，恋爱效能感，浪漫关系满意度

The Effect of Adult Attachment on Romantic Relationship Satisfaction in College Students: The Mediating Role of Romantic Efficacy

Huihui Sun

School of Education and Psychology, University of Jinan, Jinan Shandong

Received: Nov. 25th, 2023; accepted: Jan. 2nd, 2024; published: Jan. 9th, 2024

Abstract

Objective: To explore the relationship between adult attachment, love efficacy and romantic relationship satisfaction in college students. Methods: 411 college students were tested with intimate relationship experience scale, love efficacy scale and intimate relationship satisfaction scale. Re-

sults: 1) Adult attachment, love efficacy and romantic relationship satisfaction were pairwise correlated; 2) Adult attachment can significantly negatively predict love efficacy; 3) Love efficacy can significantly positively predict romantic relationship satisfaction; 4) Love efficacy played a completely mediating role in the effect of adult attachment on romantic relationship satisfaction. Conclusion: Love efficacy plays a completely mediating role in the effect of adult attachment on romantic relationship satisfaction.

Keywords

College Students, Adult Attachment, Love Efficacy, Romantic Relationship Satisfaction

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

爱情是人类生活中永恒的主题。埃里克森认为, 17、18 岁到 25 岁之间是形成亲密感避免孤独感并体验爱情实现的关键时期, 是个体建立浪漫关系的重要心理发展阶段(张少昆, 2019)。这一时期两个独立的个体会通过建立浪漫关系形成亲密的感觉, 从而摆脱孤独感。在我国, 大部分大学生正处于建立浪漫关系的关键时期, 一段良好的浪漫关系, 可以帮助大学生提高主观幸福感, 更好地应对生活中的压力, 提升心理健康水平(刘洁, 2023)。反之, 一段不顺利的浪漫关系会使个体郁郁寡欢, 甚至陷入焦虑中。由此可以看出, 浪漫关系的好坏不仅会影响身心健康, 也关乎到大学生的生活状态(施露露, 2017)。

步入大学后, 大学生的浪漫关系发展情况越发普遍, 只有处于良好的浪漫关系中, 才会对我们保持身心健康有帮助。随着社会各界对大学生心理健康的重视, 与大学生浪漫关系相关的研究也随之展开, 在对大学生浪漫关系产生影响的许多因素中, 成人依恋和恋爱效能感都是影响大学生浪漫关系满意度的重要变量(刘亚楠, 2018; 韦丹茜, 2019)。

成人依恋的概念最早是由 Hazen 和 Shaver 提出的, 他们将成人间的亲密关系类比于早期亲子依恋, 把成人依恋定义为个体与伴侣之间长久的情感联结(Hazan & Shaver, 2017)。在个体发展过程中, 成人依恋发挥了重要的作用, 陈艳霞的研究指出, 依恋焦虑和依恋回避可以正向预测友谊嫉妒(陈艳霞, 2019), 李翠的研究也发现成人依恋两维度对主观幸福感及其各维度有显著负向预测作用(李翠, 2018)。

恋爱效能感是个体对自己恋爱能力的感知, 个体对自己是否有能力处理好爱情中出现的问题所进行的推测与判断(黄成毅, 2012), 简言之就是个体对自己爱情能力的自信程度。

浪漫关系是指情侣之间的人际关系, 也就是情侣在交往过程中形成的一种心理关系。浪漫关系满意度指个体在与其亲密关系对象相处时, 对这一关系的整体品质进行的一种主观评价, 是伴侣间情感和亲密程度的重要体现(殷潇潇, 王思文等, 2023)。

近年来, 许多研究表明了成人依恋在浪漫关系满意度中的重要作用。李月竹的研究发现, 安全型依恋大学生亲密关系满意度更高, 非安全型依恋对于大学生亲密关系满意度具有负面影响(李月竹, 王怀海等, 2023)。孙嘉秀的研究表明, 依恋焦虑和依恋回避均对关系满意度有显著的负向预测作用(孙嘉秀, 何赆等, 2020)。

以往的研究仅单独探讨成人依恋和浪漫关系满意度, 很少探究其作用机制, 本研究从成人依恋、恋爱效能感与浪漫关系满意度三方面入手, 探讨成人依恋、恋爱效能感与浪漫关系满意度两两之间的关系,

恋爱效能感在成人依恋对浪漫关系满意度的影响中的作用机制。旨在帮助大学生处理浪漫关系中的相关问题，促进其浪漫关系的健康发展。

2. 方法

2.1. 对象

采用方便抽样的方法，通过问卷星平台向各大学的在校生发放网络问卷，总共发放 411 份问卷，删除无效问卷 15 份，回收有效问卷 396 份，有效回收率为 96.3%。其中男生 163 人，女生 227 人；大一 93 人，大二 91 人，大三 96 人，大四 110 人；独生子女 183 人，非独生子女 207 人；与恋爱对象同城 150 人，异地 240 人。

2.2. 工具

2.2.1. 成人依恋量表

采用李同归、加藤和生(2006)修订的中国版亲密关系经历量表。该量表共 36 个题目，从“非常不同意”到“非常同意”共 7 级计分，包括依恋焦虑和依恋回避两个维度，各个维度均有 18 个题项，其中有 10 项题目为反向计分。本研究的 Cronbach's Alpha 系数为 0.87，依恋焦虑和依恋回避维度的 Cronbach's Alpha 系数分别为 0.86、0.70。

2.2.2. 恋爱效能感量表

采用黄成毅(2012)编制的大学生恋爱效能感问卷，该量表共 23 个题目，从“完全不符合”到“完全符合”共 7 级计分，包括乐观坚定、关心体贴、自卑怀疑、独立自主、矛盾化解五个维度，其中自卑怀疑维度为反向计分。本研究的 Cronbach's Alpha 系数为 0.75。

2.2.3. 浪漫关系满意度量表

采用亲密关系满意度量表对浪漫关系满意度进行测量，该量表用于测量处于浪漫关系中的个体对当前浪漫关系的感受情况，该量表共 6 个题目，采用 7 点计分，1 表示完全不符合，7 表示完全符合，分数越高，表示个体对所处的浪漫关系的满意度越高。本研究的 Cronbach's Alpha 系数为 0.91。

2.3. 数据收集与处理

采用问卷星收集并回收数据，所有被试均匿名作答。将所有被试的资料整理后，用统计软件 SPSS 26.0 进行描述统计、相关分析；使用 SPSS 26.0 中的 PROCESS 3.0 宏程序对变量进行中介效应检验。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差

采用 Harman 的单因子检验法进行共同方法偏差检验，未旋转的因子分析结果表明，共有 13 个因子的特征根大于 1，第一个因子的总变异量为 23.34%，低于临界值 40%，表示研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 变量的描述性统计和相关分析

变量的描述性统计及差异分析结果见表 1。成人依恋、恋爱效能感和浪漫关系满意度在性别上的得分存在显著差异，具体表现为男生的成人依恋得分显著低于女生($p < 0.05$)；恋爱效能感得分显著高于女生($p < 0.001$)；浪漫关系满意度得分显著高于女生($p < 0.01$)。

Table 1. Descriptive statistical analysis of adult attachment, love efficacy and romantic relationship satisfaction of college students**表 1.** 大学生成人依恋、恋爱效能感与浪漫关系满意度的描述性统计分析

		成人依恋	恋爱效能感	浪漫关系满意度
性别	男	3.32 ± 0.65	5.19 ± 0.58	5.75 ± 0.83
	女	3.47 ± 0.73	4.91 ± 0.71	5.42 ± 1.07
	<i>t</i>	-2.19*	4.20***	3.50**
是否独生	是	3.38 ± 0.70	5.09 ± 0.64	5.56 ± 1.00
	否	3.44 ± 0.70	4.98 ± 0.69	5.56 ± 0.98
	<i>t</i>	-0.83	1.67	-0.05
是否同城	同城	3.43 ± 0.71	5.00 ± 0.72	5.55 ± 0.93
	异地	3.40 ± 0.70	5.04 ± 0.64	5.56 ± 1.03
	<i>t</i>	0.33	-0.57	-0.09
年级	大一	3.37 ± 0.65	5.08 ± 0.58	5.62 ± 1.02
	大二	3.44 ± 0.68	4.98 ± 0.64	5.62 ± 0.91
	大三	3.49 ± 0.68	5.00 ± 0.67	5.52 ± 1.04
	大四	3.36 ± 0.78	5.06 ± 0.76	5.48 ± 0.99
	<i>F</i>	0.76	0.54	0.50

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, 下同。

变量的相关分析结果表 2。成人依恋与恋爱效能感和浪漫关系满意度均呈显著负相关, 恋爱效能感与浪漫关系满意度呈显著正相关。

Table 2. Correlation analysis of adult attachment, love efficacy and romantic relationship satisfaction among college students**表 2.** 大学生成人依恋、恋爱效能感与浪漫关系满意度的相关分析

	M	SD	1	2
1 成人依恋	3.41	0.70	1.00	
2 恋爱效能感	5.03	0.67	-0.65***	1.00
3 浪漫关系满意度	5.56	0.99	-0.47***	0.65***

3.3. 中介效应检验

根据 Hayes 编制的 SPSS 宏中的模型 4, 重复抽取 5000 个样本估计中介效应 95%置信区间, 在控制性别后, 检验大学生成人依恋对浪漫关系满意度的影响, 以及恋爱效能感的中介效应。回归分析结果如表 3 所示, 大学生成人依恋能够显著负向预测恋爱效能感 ($\beta = -0.16, p < 0.001$), 将成人依恋和恋爱效能感同时预测浪漫关系满意度时, 成人依恋对浪漫关系满意度的预测作用不显著, 恋爱效能感能够显著正向预测浪漫关系满意度($\beta = 0.88, p < 0.001$)。

采用 Bootstrap 95%置信区间进行检验, 结果如表 4 所示, 直接效应 95%置信区间包含 0, 间接效应 95%的置信区间不包含 0, 中介效应值为-0.54, 占总效应的 81.81%, 因此恋爱效能感在成人依恋对浪漫关系满意度的影响中起到完全中介作用。

Table 3. Regression analysis of each variable
表 3. 各变量的回归分析

	恋爱效能感			浪漫效能感	
	M1	M2	M3	M4	M5
性别	-0.27***	-0.18**	-0.34**	-0.23**	-0.08
成人依恋		-0.61***		-0.66***	-0.12
恋爱效能感					0.88***
ΔR^2	0.04	0.41	0.03	0.22	0.19
F	16.54***	287.66***	11.29**	110.25***	132.36***

Table 4. The mediating role of love efficacy
表 4. 恋爱效能感的中介作用

	<i>effect</i>	<i>SE</i>	<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>
总效应	-0.66	0.06	-0.78	-0.54
直接效应	-0.12	0.07	-0.26	0.02
间接效应	-0.54	0.06	-0.06	-0.43

4. 讨论

研究结果表明,大学生成人依恋能够负向预测恋爱效能感,恋爱效能感能够正向预测浪漫关系满意度,恋爱效能感在成人依恋对浪漫关系满意度的影响中起到完全中介作用,这说明恋爱效能感能够缓冲成人依恋对浪漫关系满意度的负向影响。这与以往研究一致,蒋湘祁发现成人依恋对恋爱效能感有负向预测作用(蒋湘祁,吴鑫,2017)。

当大学生拥有较高恋爱效能感时,个体能感知到自己有足够的恋爱能力,当爱情中出现问题时,个体能容易采取面对和处理问题的方式,故会更多的亲近浪漫关系对象,浪漫关系满意度也会随时增加。当个体的恋爱效能感较低时,会感知到自己无法处理恋爱中的问题,更容易出现逃避和退缩的心态,这种疏远的方式会导致浪漫关系满意度的降低。与我们的研究一致,Cui和Fincham等也发现在夫妻冲突中,解决冲突的效能感与较少的浪漫关系冲突有关,当解决问题的信念或者说效能感降低时,夫妻之间发生的问题冲突会增加(Cui & Fincham, 2010)。

5. 结论

本研究通过构建中介模型探讨了成人依恋对浪漫关系满意度的影响,发现恋爱效能感在其中起到完全中介作用,这提示我们恋爱效能感可以缓冲成人依恋带来的不利影响,可以通过提升大学生的恋爱效能感进而提高其浪漫关系满意度。

参考文献

- 陈艳霞(2019). 大学生友谊嫉妒、成人依恋与情绪调节的关系. 硕士学位论文, 石家庄: 河北师范大学.
- 黄成毅(2012). 大学生成人依恋与恋爱效能感、情感倦怠的关系研究. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨师范大学.
- 蒋湘祁, 吴鑫(2017). 大学生恋爱效能感与成人依恋的关系研究. *衡阳师范学院学报*, 38(4), 101-104.
<https://link.cnki.net/doi/10.13914/j.cnki.cn43-1453/z.2017.04.021>
- 李翠(2018). 大学生成人依恋与主观幸福感的调节作用——留守经历的调节作用. 硕士学位论文, 南京: 东南大学.

- 李同归, 加藤和生(2006). 成人依恋的测量: 亲密关系经历量表(ECR)中文版. *心理学报*, 38(3), 399-406.
- 李月竹, 王怀海, 吴云云(2023). 大学生依恋类型与抑郁对亲密关系满意度的影响研究. *心理月刊*, 18(15), 88-90. <https://link.cnki.net/doi/10.19738/j.cnki.psy.2023.15.024>
- 刘洁(2023). *微信中浪漫关系可见性对大学生关系满意度的影响*. 硕士学位论文, 长春: 东北师范大学.
- 刘亚楠(2018). *成人依恋对婚姻满意度的影响: 浪漫关系记忆的中介作用*. 硕士学位论文, 南京: 南京师范大学.
- 施露露(2017). *成人依附对亲密关系满意度的影响*. 硕士学位论文, 太原: 山西大学.
- 孙嘉秀, 何赞, 马皓(2020). 成人依恋对关系满意度的影响: 拒绝敏感性与关系真实性的链式中介. *中国临床心理学杂志*, 28(6), 1226-1229+1234. <https://link.cnki.net/doi/10.16128/j.cnki.1005-3611.2020.06.030>
- 韦丹茜(2019). *大学生浪漫关系冲突、恋爱效能感与应对方式的关系研究*. 硕士学位论文, 南宁: 南宁师范大学.
- 殷潇潇, 王思文, 刘铭洋, 李婕, 高燕(2023). 大学生依恋类型对恋爱关系满意度的影响: 拒绝敏感性的中介作用. *济宁医学院学报*, 46(3), 179-183.
- 张少昆(2019). *大学生高亲密关系满意度的影响因素研究*. 硕士学位论文, 石家庄: 河北师范大学.
- Cui, M., & Fincham, F. D. (2010). The Differential Effects of Parental Divorce and Marital Conflict on Young Adult Romantic Relationships. *Personal Relationships*, 17, 331-343. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01279.x>
- Hazan, C., & Shaver, P. (2017). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. In R. Zuckauskiene (Ed.), *Interpersonal Development* (pp. 283-296). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781351153683-17>