

依恋：儿童社会性发展中建立的第一种社会关系

田书琴

福建师范大学，福建 福州

收稿日期：2022年11月15日；录用日期：2022年12月19日；发布日期：2022年12月28日

摘要

依恋，是个体与主要抚养者之间形成的最初的社会联结，是情感社会化的重要标识，这种依恋关系对儿童未来成长和后期心理发展有着广泛而深刻的影响。文章基于前人的研究结果，主要从依恋的理论、依恋类型、测量方法、影响因素出发进行论述，并结合立足现实国情，提出依恋研究本土化的一些建议与思考。

关键词

依恋，依恋风格，依恋的影响因素

Attachment: The First Social Relationship Established in Children's Social Development

Shuqin Tian

Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Nov. 15th, 2022; accepted: Dec. 19th, 2022; published: Dec. 28th, 2022

Abstract

Attachment is the initial social connection formed between individuals and the main caregivers, and it is an important symbol of emotional socialization. This attachment relationship has a broad and profound impact on children's future growth and later psychological development. Based on the research results of predecessors, the present research mainly discusses the theory of attach-

ment research, attachment styles, measurement methods and influencing factors, and puts forward some suggestions and thoughts on the localization of attachment research based on the realistic national conditions.

Keywords

Attachment, Attachment Style, Factors Influencing Attachment

Copyright © 2022 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

儿童社会性发展的开端始于与父母和其他主要抚养者之间建立的亲密的情感联系，而这种浓烈且持久的关系被称为依恋。在依恋理论提出者——约翰鲍尔比的观点中认为，婴幼儿与主要抚养者(如母亲)之间独有的亲近、温暖和非短暂可持续的照顾经历与亲密关系，能够促进健康的依恋关系和健全心理功能在婴幼儿时期的形成与发展。在危机与威胁出现时，值得信赖的依恋对象所提供的保护是他们寻求帮助的重要来源。从鲍尔比开始，后面的理论学家们在研究中发现，早期的依恋关系的实际经验会为个体提供一个社会关系的建立图式，这种图式被称为内部工作模型(Bretherton, 1996)，该模型为个体未来社会关系建立提供了期望模式。

依恋也有不同的风格与类型，艾斯沃斯将其按照积极与否划分为两个大类：安全型依恋以及不安全型依恋。从回避与焦虑两维度出发，安全依恋的儿童得分在这两个维度上都偏低，这样的个体往往在自我表征上表现得更加积极，在建立亲密关系上表现出更多的正倾向和积极期待。不安全型依恋主要是指依恋焦虑和依恋回避。依恋焦虑体现在当个体出现了需要时，会产生对亲密关系的担忧——即同伴是否能够出现提供支持与陪伴。依恋回避体现在由于对他人缺乏信任，个体选择行为上保持独立，情感上刻意远离，通过这样的方式来规避被抛弃感和失落感。上述提到的两种不安全依恋类型的人容易在亲密关系中产生不良偏向：如过度寻求依恋对象于自身的关注，对依恋对象故意回避或产生退缩反应等。这些不良偏向可能会在日积月累中影响个体情感表达导致情感障碍，最终破坏个体在社会化和适应过程中的自尊与自我效能感。Main 等人通过后来的研究结果补充了一种新的依恋类型——混乱型。这类儿童在亲密关系中的混乱主要体现在：1) 与主要抚养者分离或重聚时情绪、行为不合时宜，表现混乱。2) 在依恋行为上，有一定程度的反常不规律，难以预测和控制。这种表现的背后本质上是儿童内心犹豫和徘徊的体现，主要源于对依恋对象情感的不确定(胡平，孟昭兰，2003)。

从书本回到生活中，我们都知道在社交场合里，有人善于交际、圆滑世故、左右逢源，他们不仅喜欢结交朋友，更能够从社交中获得能量与满足；反之，有一部分人孑然一身、独来独往、远离喧嚣，他们往往不热衷于集体活动，一个人独处起来却也是怡然自得。为何会形成这样的人格差异呢？最主要的还是由于个体对待外界的认知以及对待他人的处事方式，使得他们选择了迥然不同的生活习惯。这种体现在性格上的差异，与婴幼儿时期的依恋类型呈现出一定的关联。众所周知，童年早期的依恋质量，会润物细无声地浸润个体的人格，最终会体现在成年时期亲密关系中(如亲情、爱情等)的心理态度。由此可见，发展积极正向的依恋类型，有助于个体在成人社会上真诚平等、不卑不亢地与他人交往，从而获得自身进步与成长，同时良好的依恋关与人际交往也是建立和谐社会的重要基础。

2. 依恋的测量

2.1. 陌生情景法

主要是用以评价 8~18 个月婴儿依恋关系的标准化程序, 该方法的理论背景是依恋理论的核心概念, 是依赖于儿童“安全基地行为”这一特点进行测量的一种工具(吴放, 邹泓, 1994)。具体而言, 是通过调节行为控制系统, 在不同的情境与时间中, 让儿童和依恋对象转换探索行为和寻求亲近的行为, 陌生情景法的主要目的就是考察“安全基地行为”。那些在早期受到抚养者高质量照顾与敏感性反馈的婴幼儿会在测试中表现出安全型的依恋, 反之, 与安全依恋的儿童相比出现显著差异的儿童则可能会预测不安全的依恋类型。实验过程是由母亲带婴儿进入实验场所(陌生环境), 实验者作为陌生人出现在实验场所里, 但不干涉母子的活动, 片刻后母亲独自离开, 由婴儿单独与实验者相处, 由实验者观察婴儿的表现, 再片刻后母亲返回。实验者记录这个过程中婴儿从始至终的行为和情绪表现情况。该测验设定了三种较难适应的情景以测试婴幼儿反应: 作为实验场所的陌生环境、和主要抚养者分离以及与陌生人相处, 根据各异的实验条件来研究婴幼儿在前述几种不同实验情景下出现的探索行为、依恋行为和分离焦虑的程度。

由于婴幼儿对主要抚养者的依恋行为和特征可以通过陌生情景法在一定程度上有所反映, 因此被广泛应用于跨文化的依恋研究中。但这并不意味着陌生情景法的完美无缺, 它的局限性主要体现在: 1) 生态效度不高; 2) 在施测过程中不同文化背景带来的影响较大, 因此真正的影响因素难以被确定; 3) 适用的年龄范围有限, 更适合 8~18 个月的婴幼儿, 当参与者大于 18 个月时实验效果会不太理想。4) 操作难度较大, 对主试要求高, 因此无法普及。

2.2. 儿童依恋行为分类卡片法(Attachment Q-Set, AQS)

该方法主要的施测工具是儿童依恋行为分类卡片, 测量对象的范围相较于陌生情景法更广, 适用于家庭环境中 1~5 岁的儿童(刘芳, 1994)。AQS 与依恋理论的假设相一致, 即当外部环境较为稳定没有剧烈变化时, 儿童依恋行为模式也会呈现相应的稳定性。AQS 的优势之处为: 1) 使用方便简洁, 易推广。只需通过简单的训练, 对儿童行为有一定程度了解的成人即可有效掌握并使用。2) 可应用于小样本乃至单一样本的研究情境。3) 具有启发性特点, 有助于推进探索性研究, 进而拓展全新的理论假设。4) AQS 所收集的数据可以使用统计方法进行量化分析, 结果更为有效可靠。然而 AQS 在施测过程中会限制被试的自由反应, 迫使被试进行选择 and 分类, 导致重要信息可能会被错过。综上所述, 为了使得依恋类型的测量与判断更加科学准确, 在后来的研究方法当中可以采用陌生情景法和分类卡片法相结合的方式, 以追求测量方法的不断完善。也正是因为方法的进步, 使得后来对依恋的影响因素有了更深入全面的探讨。

3. 依恋的影响因素

3.1. 家庭因素

3.1.1. 教养方式

父母的教养方式可以从控制性和反应性两个维度进行划分, 控制性体现在父母会积极地充当儿童社会化过程中的负责人, 反应性体现在父母能够充分意识和尊重儿童的个体特点。根据父母的反应性和控制性划分, 教养风格可以分为: 1) 权威性, 父母与孩子有着较高的双向交流; 2) 专制型, 更多体现在父母的专制高压权力; 3) 放任型, 指的是父母无要求低控制意图但一切以儿童反应为中心; 4) 忽视型, 是指父母对儿童需求的忽略以及成长过程的不参与。在四种教养方式中, 研究者发现了对不同气质儿童而言都是最优的教养方式——权威性, 处于控制性和反应性两个维度的交界处(Maccoby & Martin, 1983)。权威型父母对儿童提出恰当要求, 如“遵守适当的行为准则”, 同时也会对儿童的需求做出及时的回应,

双方保持交流沟通的顺畅,以此培养起儿童自我调节的能力(Gray & Steinberg, 1999)。这样的教养方式最有可能在父母和儿童之间培养出有效的联系,帮助儿童形成安全型依恋。此外还有研究发现,教养方式发生改变后孩子的表现也会获得相应改善。在 2006 年的一项追踪研究表明,15 个月大时不安全依恋的儿童上学后社交能力较差,问题行为也更突出。然而,如果父母的教养方式放生改变,不安全依恋儿童的命运也将随之改变(NICHHD Early Child Care Research Network, 2006)。

3.1.2. 养育特征

Ainsworth 将抚养者的养育特征划分成四个维度,敏感-迟钝,接纳-拒绝,合作-干涉,易接近-漠视,发现不同依恋风格的儿童会对应着抚养者不同的养育方式。该抚养假说提出,婴幼儿所受到的关注类型会在很大程度上影响其依恋风格。密切的情感联系、育儿过程中的灵敏反应会带来安全的依恋,反之婴幼儿需求置之不理缺乏敏感性的养育者则会使得婴幼儿产生不安全依恋(希尔, 2000)。研究发现,主要抚养者的敏感性并不是唯一的影响因素,除了敏感性以外,兼具同步性、交互性、支持性的主要养育者,伴随提供充分的环境刺激,更能够促进婴幼儿安全依恋的形成(De Wolff & van Ijzendoorn, 1997)。

上述这些影响因素我们可以理解为对婴幼儿的抚养质量,养育者自身的因素会对抚养质量的高低造成影响。研究发现,患有抑郁的母亲往往呈现焦虑、沮丧、易怒的状态、体现在对孩子的养育上即过多的批评、打压以及负面评价。她们的一致性、敏感性相比非抑郁母亲要差,花在和孩子互动的时间也更少(谭雪晴, 2005)。所以在这种养育环境下成长起来的孩子更容易形成不安全依恋也就是情理之中了。

3.2. 儿童主体特征

除了上述的父母养育质量、家庭等因素会影响儿童依恋风格的形成,儿童自身特点也会发挥一定作用。例如,先天存在问题的婴儿(低体重、严重疾病等)往往行动迟缓,情绪易怒,抚养者会因此而产生疏离,采取不敏感的抚养方式,因此这些婴儿比正常体重的婴儿形成不安全依恋的可能性更大(Schaffer, 2000)。另有研究发现,如果婴幼儿存在智力迟钝,那么他们在和抚养者的交往过程中会显得被动消极,而正常儿童则会更加积极主动,掌握着交往主动权(王振宇, 2000)。除此之外,儿童的性别、出生次序也会影响依恋的发展。

儿童气质类型也与依恋类型密不可分。托马斯切斯将儿童分为三种气质类型:容易型、困难型、沉默型。在主要养育者和儿童互动过程中,会受到这些不同气质类型的婴幼儿表现出的特点的影响,进而影响婴儿依恋风格的形成。例如,容易型的婴幼儿见人便笑,更容易获得主要抚养者和其他成人的喜爱,从而使得父母对婴幼儿表现更多亲热的行为。而困难型、沉默型的孩子抗拒不熟悉成人的接触,易哭易闹,冷漠不易安抚,这样气质类型的儿童更容易受到成年人的冷落,从而大大降低与人互动的机会。另有一些研究者考察了儿童气质的抑制性和非抑制性与依恋的关系,发现安全型婴儿在抑制性和非抑制性方面都不极端,回避型婴儿非抑制的多,反抗型婴儿抑制性的多。

3.3. 社会文化因素

人类生态学观点强调父母、子女生活在一个家庭系统当中,而家庭系统根植于大的社会文化历史背景当中。依据生态学观点,社会文化环境也会对依恋风格的形成造成影响,其中主要就是依靠家庭系统体现出来。

不同文化背景下的家庭对孩子的抚养目标期望不尽相同,因此抚养方式也会呈现跨文化的差异性。Van Ijzendoorn 等人的一项针对中、美、日、英、德等儿童的研究发现,依恋风格的分布存在跨文化的差异,例如,德国回避型依恋儿童较多,日本和以色列儿童则是更多为反抗型依恋(谭雪晴, 2005)。除此之外,在东方文化背景下,个体在人际关系或亲密关系中更容易采取回避策略,导致个体过度压抑情绪表

达, 容易造成依恋焦虑或依恋回避(李真等, 2018)。

4. 未来本土化的研究展望

首先, 儿童产生不安全依恋问题是一个复杂的社会性问题, 想要解决它不能仅仅依靠心理学这一单一学科的基本理论框架, 而是应该从跨学科的角度出发, 将教育学、社会学、文化学与心理学相结合, 多渠道实施改善方法, 引起更广泛的社会关注才更有益于问题的解决。

其次, 随着国内“全面二孩”政策的实施和“三胎”政策的开放, 过去“421”家庭结构发生变化, 部分“大孩”无法适应身份转变, 以致出现一系列焦虑、嫉妒、退行、攻击等心理及行为问题, 家庭矛盾与冲突频发。同胞关系作为人生中持续时间最长的一种社会关系之一, 它的质量将影响着个体的成长和家庭的和谐。如何从依恋理论视角出发, 改善二孩以及三孩家庭中消极的同胞关系, 对于当下的家庭教育具有现实和指导意义。

最后, 依恋在儿童的成长过程中有着举足轻重的作用, 但是随着现代社会的高速发展, 双职工家庭越来越普遍, 主要抚养者和婴儿之间或许很难再像过去一样通过传统方式培养起婴儿健康的依恋类型, 小朋友可能很小的年纪就需要和主要养育者分开, 在这过程中, 类似于幼儿园这样的日托机构如何帮助婴儿建立良好的依恋关系就显得尤为重要。值得关注的是, 在日托机构, 儿童的认知发展来源于更大范围的教育和游戏活动; 社会性发展来源于比家中更多样的社会交往。但是日托机构如何弥补孩子在依恋问题上的发展也是未来值得研究和关注的课题, 比如如何提升看护者如同优秀父母一般的对儿童活动的反应性和积极性等。

参考文献

- 胡平, 孟昭兰(2003). 城市婴儿依恋类型分析及判别函数的建立. *心理学报*, 35(2), 201-208.
- 李真, 李文秀, 黄紫薇, 杨凤池, 张辉(2018). 大学生成人依恋与父母教养方式的关系: 基于北京高校横断面调查. *中国健康心理学杂志*, 26(5), 757-762.
- 刘芳(1994). 母-婴依恋关系的形成及其作用. *南都学坛: 哲学社会科学版*, (1), 112-114.
- 谭雪晴(2005). 儿童依恋风格形成的影响因素. *宁波大学学报(教育科学版)*, 27(2), 39-43.
- 王振宇(2000). *儿童心理发展理论*(p. 296). 华东师范大学出版社.
- 吴放, 邹泓(1994). 儿童依恋行为分类卡片中文版的修订. *心理发展与教育*, (2), 18-25.
- 希尔(2000). *牛津心理学英语图示教程*(耿文秀 译, pp. 77-82). 上海外语教育出版社.
- Bretherton, I. (1996). Internal Working Models of Attachment Relationships as Related to Resilient Coping. In G. G. Noam, & K. W. Fischer (Eds.), *Development and Vulnerability in Close Relationships* (pp. 3-27). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- De Wolff, M. S., & van Ijzendoorn, M. H. (1997). Sensitivity and Attachment: A Meta-Analysis on Parental Antecedents of Infant Attachment. *Child Development*, 68, 571-591. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1997.tb04218.x>
- Gray, M. R., & Steinberg, L. (1999). Unpacking Authoritative Parenting: Reassessing a Multidimensional Construct. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 574-584. <https://doi.org/10.2307/353561>
- Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the Context of the Family: Parent-Child Interaction. In E. M. Hetherington (Ed.), *Handbook of Child Psychology: Vol. 4. Socialization, Personality, and Social Development* (pp. 1-101). Wiley.
- NICHHD Early Child Care Research Network (2006). Infant-Mother Attachment Classification: Risk and Protection in Relation to Changing Maternal Caregiving Quality. *Developmental Psychology*, 42, 38-58. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.1.38>
- Schaffer, D. R. (2000). *Social and Personality Development* (4th ed., pp. 140-144). Wadsworth.