

Attachment, Perfectionism and Fear of Intimacy among Chinese Females Aged 18 to 30

Xiaoxia Ma, Yonglong Tang*

Southwest University Chongqing, Chongqing
Email: 1049604486@qq.com

Received: Jan. 30th, 2019; accepted: Feb. 13th, 2019; published: Feb. 22nd, 2019

Abstract

This article seeks to explore fear of intimacy among Chinese females aged 18 to 30. 569 females in China participating in the anonymous survey and uses SPSS24 to carry out descriptive statistics, difference test and correlation analysis. The results showed that the score of FIS was 2.82 ± 0.79 , which was higher than the average. Childhood experience (sexual assault, harassment, abuse by parents in childhood), love-related experience (current state of love, whether there is love experience, whether there is sexual experience, whether there has been sex education) and personality traits (attachment type and perfectionism) can affect females' fear of intimacy.

Keywords

Aged 18 to 30, Young Females, Fear of Intimacy

中国18岁~30岁青年女性的亲密恐惧——成人 依恋、完美主义与亲密恐惧的关系研究

马晓霞, 汤永隆*

西南大学心理学部, 重庆
Email: 1049604486@qq.com

收稿日期: 2019年1月30日; 录用日期: 2019年2月13日; 发布日期: 2019年2月22日

*通讯作者。

文章引用: 马晓霞, 汤永隆(2019). 中国 18 岁~30 岁青年女性的亲密恐惧——成人依恋、完美主义与亲密恐惧的关系研究. *心理学进展*, 9(2), 301-312. DOI: [10.12677/ap.2019.92039](https://doi.org/10.12677/ap.2019.92039)

摘要

为探究女性亲密恐惧的现状和影响因素, 用问卷调查法对全国569名18~30岁女性青年的进行调查。研究发现, 青年女性亲密恐惧水平较高。童年经历(曾遭遇性侵、曾遭遇性骚扰、童年期遭受父母虐待)、恋爱相关的经验(目前所处的恋爱状态、是否有恋爱经验、是否有性经验、是否曾接收性教育)以及个人人格特质相关的因素(依恋类型和完美主义)都会影响女性的亲密恐惧。

关键词

18~30岁, 青年女性, 亲密恐惧

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

1. 引言

1.1. 亲密及亲密恐惧

人类的社会性决定了个体不可能脱离社会而单独存在, 所以每个人都有寻求亲密联结的本能, 亲密是贯穿人一生的基本需求之一。根据埃里克森心理社会发展阶段理论的观点, 人生发展的每个阶段都有其相应的核心任务, 18岁~30岁的核心任务正是亲密关系的建立, 如果这个时期无法建立亲密关系, 就会产生深深的孤独感, 而无法顺利度过这个阶段, 将会影响下个阶段的核心任务(Erikson, 1968)。著名心理学家马斯洛和沙利文也提到亲密关系的建立对个人心理健康、心理社会适应、基本需求的满足至关重要(Maslow, 1954; Sullivan, 1953)。

令人满意的亲密关系是生活中快乐的源泉, 也是我们所追求的目标之一(Freedman, 1978; Klinger, 1977), 很多人都渴望与人建立亲密关系, 却又恐惧与人亲密。亲密恐惧最早是由 Descutner 和 Thelen 于 1991 年提出的, 他们将亲密恐惧定义为亲密恐惧是指个体与重要他人沟通重要想法、情感时产生的一种抑制性。他们还指出, 以上“亲密恐惧”的定义其实是由三部分构成的: ① 内容: 指信息交流的内容是个人性质的; ② 情感效价: 指对于交流的信息, 个体具有强烈的情感; ③ 脆弱性(vulnerability, 易受伤害的), 指个体高度重视这个亲密他人。他们认为只有当这三个特征同时存在时, 才存在亲密(Descutner & Thelen, 1991)。

亲密恐惧的影响因素大致可分为四类, 一是亲密恐惧在人口学变量上存在的差异, 例如女性亲密恐惧显著高于男性, 没有恋爱经验的人亲密恐惧显著高于有恋爱经验的人; 二是亲密恐惧与个体成长经历的关系, 儿童期虐待(冀云, 刘晓明, 马艳杰等, 2014)、童年知觉到的父母婚姻冲突(马艳杰, 冀云, 2016)、早期适应不良(张现利, 2013)、童年期被教育不要相信他人(Terrell, Terrell, & Von Drashek, 2000)等因素都与亲密恐惧有关; 三是个体的个性特征与亲密恐惧的关系, 个体自卑(蔺雯雯, 2008)、体象歪曲(Cash, Thériault, & Annis, 2004)、感到羞耻自责(Lutwak, Panish, & Ferrari, 2003)也与亲密恐惧相关。四是亲密恐惧与个体婚恋的关系, 研究指出亲密恐惧的人更容易频繁更换性伴侣, 发生危险性行为、恋情维持时间较短(Traeen & Sorensen, 2000)、且对关系的不满意度较高(Thelen, Vander Wal, Thomas et al., 2000)。

1.2. 依恋与亲密恐惧

众多研究表明, 依恋在亲密关系中起着举足轻重的作用(刘泽文, 崔萌, 韩易静, 2014; 崔萌, 2014; 向叶敏, 2015; 叶丽明, 2016)。依恋理论, 是由 Bowlby 于 20 世纪 60 年代末第一次提出的(Bowlby, 1969)。依恋指的是婴幼儿和其主要养育者之间形成的情感联结。Hazan and Shaver 于 1987 年提出了浪漫爱情也可以概念化为依恋这个理论, 并论证了婴儿依恋与成人浪漫爱情的类似之处(Hazan & Shaver, 1987)。类似于婴儿的依恋, 成人依恋也有 4 种类型, 分别是安全型、先占型、回避型、恐惧型。安全型依恋的个体喜欢亲近和依赖他人, 且对关系的焦虑度较低; 先占型的个体喜欢亲近和依赖他人, 但对关系的焦虑度较高; 回避型的个体既不喜欢亲近依赖他人, 同时对关系的焦虑度也很低; 恐惧型个体不喜欢亲近依赖他人, 但他们对关系的焦虑度较高。

1.3. 完美主义与亲密恐惧

查德怀 2013 年的研究指出, 完美主义是单身的原因之一(查德怀, 2013), 孙丽平 2015 年对高学历大龄相亲男女的调查中就指出, 大龄男女存在完美主义情结且心态不成熟(孙丽平, 2015)。尽管完美主义者不屈不挠地坚持他们为自己制定的非常高的标准, 但消极完美主义者始终认为他们的努力没有达到这些标准(Rice & Mirzadeh, 2000), 因此, 他们可能会因为害怕向别人暴露自己所认为的不足, 而害怕建立亲密关系, 同时他们也对他人有非常高的要求, 在他人达不到他们的要求时, 也很难建立一段亲密关系。消极完美主义常表现为: 不自信; 饱受“必须”原则的折磨; 为自己设置了很高的目标; 对于自己的现实成就不符合目标而痛苦; 无论自己做的多好都认为理所应当的。Forst 在 1990 提出完美主义的概念是“伴随着过度批评的自我评价而对工作设置过高标准”, 将完美主义分为担心错误(反应完美主义者害怕失败, 在工作中、学习中对局部和细小的错误过分担心的心理)、条理性(反应完美主义者对条理、整洁的追求)、父母期望(对父母过高期望的感知)、个人标准(反应个体为自己制定极高的、不切实际的标准和目标, 对自己的工作、学习有过高的期望)、行动的疑虑(反应完美主义者在工作学习中因担心不完美而表现出的迟疑和怀疑态度)这五个部分(Frost, Marten, Lahart et al., 1990)。

综上所述, 亲密关系的建立对心理健康和个人和谐发展起到重要的作用, 而亲密恐惧则会损害个体的心理健康, 并且影响他们的婚恋进程。在本研究中我们将探究亲密关系建立的重要影响因素——成人依恋和完美主义与个体亲密恐惧的关系, 为亲密恐惧的研究和治疗提供新的思路。

2. 研究方法

2.1. 研究过程

本研究以网络问卷形式于 2018 年 4 月到 7 月间选取全国各地的女性青年参与问卷调查, 共计 625 名参与此次调查。调查内容包括人口学信息、亲密恐惧量表、成人依恋量表和完美主义量表。所得数据用 SPSS24.0 进行描述性统计分析、差异性检验和相关分析。

2.2. 研究对象

本研究共收集数据 625 份, 剔除年龄低于 18 岁, 高于 30 岁的数据 56 份, 有效数据为 569 份, 有效率为 91%。本研究中被试的年龄分布为 18 岁~30 岁, 平均年龄为 22.08 ± 2.70 岁。

2.3. 研究材料

2.3.1. 人口学信息

人口学信息分为社会人口学信息和研究相关的人口学信息。本研究的社会人口学信息为年龄、学历、

是否是独生子女、生源地、性取向。研究相关的人口学信息为恋爱状况、是否有恋爱经历、是否有性经历、是否曾遭遇性侵、是否曾遭遇性骚扰、是否接受过性教育和 16 岁是否长期遭受来自父母的躯体虐待(殴打、鞭笞、捆绑等)、情感虐待(辱骂、贬低)、情感忽视(情感需求长期得不到父母的认可、接纳、和回应)、躯体忽视(忽略个体的存在, 无法满足基本生理需求、安全需要)。

2.3.2. 亲密恐惧量表(Fear of Intimacy Scale)

亲密恐惧量表(FIS) Decutner 和 Thelen 于 1991 编制, 蔺雯雯等人 2008 年进行中国版修订; 共包含 35 个题项, 均为 5 点计分, 从“完全不像我”到“完全像我”。前 30 个题目要求想象自己处于一种亲密关系(恋爱关系)中, 后 5 个题目则要求被试按照在过去人际关系中的实际情况作答。FIS 无分量表, 只有一个维度。量表的信度系数为 0.921。

2.3.3. 成人依恋量表(Adult Attachment Scale)

成人依恋量表(AAS)该量表由 Collins 等人于 1996 年编制, 吴薇莉, 张伟等人于 2004 年进行中国版修订(吴薇莉, 张伟, 刘协和, 2004)。共包含 18 个题项, 均为 5 点计分, 从“完全不符合”到“完全符合”。量表有依恋亲近、依恋依赖、依赖焦虑三个维度。可根据各维度得分计算出安全型、先占型、拒绝型、恐惧型四种依恋类型。总量表的信度系数为 $\alpha = 0.647$, 维度的信度系数分别为 0.828, 0.624, 0.852。

2.3.4. 完美主义量表(Frost Multidimensional Perfectionism Scale)

多维完美主义量表(FMPS), 该量表由 Frost 等人 1990 年编制, 訾非和周旭于 2006 年进行中文版修订(訾非, 周旭, 2006)。修订后的中文版共 27 个条目, 包括 5 个维度, 分别为: 担心错误、条理性、父母期望、个人标准和行为的疑虑, 其中条理性为积极维度, 其余 4 个维度为消极维度。采用 5 点式记分, 从 1 (不符合)到 5 (符合), 得分越高代表完美主义程度越高, 本研究中该量表的信度系数为 $\alpha = 0.891$, 维度的信度系数为 0.895, 0.856, 0.826, 0.843, 0.681。

3. 研究结果

3.1. 人口学变量的描述性统计

3.1.1. 社会学人口学变量的描述性统计

参与本次调查的被试中年龄分布在 18~24 岁的有 456 人, 占 80.1%, 25~30 岁的人数为 113 人, 占 19.9%; 学历为高中及以下的人数为 26 人, 占 4.6%, 专科人数为 42 人, 占 7.4%, 本科人数为 377 人, 占 66.3%, 研究生及以上的人数为 124 人, 占 21.8%; 独生子女人数为 248 人, 占 43.6%, 非独生子女人数为 321 人, 占 56.4%; 农村人数为 264 人, 占 46.4%, 城镇人数为 305 人, 占 53.6%; 性取向为同性的人数为 17 人, 占 3.0%, 性取向为异性的人数为 482 人, 占 84.7%, 性取向为双性、无性等的人数为 70 人, 占 12.3%。见表 1。

3.1.2. 研究相关人口学变量的描述性统计

参与本次调查的被试中, 单身为 349 人, 占 61.3%, 恋爱人数为 200 人, 占 35.1%, 已婚人数为 20 人, 占 3.5%; 有恋爱经验的人数为 374 人, 占 65.7%, 无恋爱经验的人数为 195 人, 占 34.3%; 有性经验的人数为 191 人, 占 33.6%, 无性经验的人数为 378 人, 占 66.4%; 曾遭遇过性侵的人数为 24 人, 占 4.2%, 未遭遇过性侵的人数为 545 人, 占 95.8%; 曾遭遇过性骚扰的人数为 158 人, 占 27.8%, 未遭遇过性骚扰的人数为 411 人, 占 72.2%; 接受过性教育的人数为 317 人, 占 55.7%, 未接受过性教育的人数为 256 人, 占 44.3%。16 岁前长期遭受来自父母的躯体虐待的人数为 9 人, 占 1.6%, 遭受父母情感虐待的人数为 30 人, 占 5.3%, 遭受父母情感忽视的人数为 124 人, 占 21.8%, 遭受父母躯体忽视的人数为 12

人, 占 2.1%, 没有上述经历的人数为 394 人, 占 69.2%; 安全型依恋的人数为 146 人, 占 25.7%, 先占型依恋的人数为 137 人, 占 24.1%, 拒绝性依恋的人数为 54 人, 占 9.5%, 恐惧型依恋的人数为 232 人, 占 40.8%。见表 2。

Table 1. Descriptive statistics of sociodemographic variables

表 1. 社会人口学变量的描述性统计

	人数	百分比
年龄		
18~24 岁	456	80.1
25~30 岁	113	19.9
学历		
高中及以下	26	4.6
专科	42	7.4
本科	377	66.3
研究生及以上	124	21.8
是否独生子女		
是	248	43.6
否	321	56.4
生源地		
农村	264	46.4
城镇	305	53.6
性取向		
同性	17	3.0
异性	482	84.7
其它(双、无)	70	12.3

Table 2. Descriptive statistics of demographic variables

表 2. 研究相关人口学变量的描述性统计

	人数	百分比
恋爱状况		
单身	349	61.3
恋爱	200	35.1
已婚	20	3.5
是否有恋爱经验		
是	374	65.7
否	195	34.3
是否有性经验		
是	191	33.6
否	378	66.4
是否曾遭遇过性侵		
是	24	4.2
否	545	95.8

Continued

是否曾遭遇过性骚扰	是	158	27.8
	否	411	72.2
是否接受过性教育	是	317	55.7
	否	256	44.3
16岁前是否长期遭受来自父母的	躯体虐待	9	1.6
	情感虐待	30	5.3
	躯体忽视	124	21.8
	情感忽视	12	2.1
	无	394	69.2
依恋类型	安全型	146	25.7
	先占型	137	24.1
	拒绝型	54	9.5
	恐惧型	232	40.8

3.2. 亲密恐惧、成人依恋、完美主义在人口学变量上的差异性检验

基本人口学变量中, 只有年龄存在部分变量上的显著差异, 其它变量均不存在显著差异; 研究相关人口学变量中恋爱状况、是否有恋爱经验、是否有性经验、是否经历性骚扰、是否接受过性教育、16岁前的经历、依恋类型存在部分变量上显著。

3.2.1. 年龄的差异性比较

将年龄分为18到24岁, 25到30岁两组, 18~24岁组的亲密恐惧显著高于25~30岁, 18~24岁组的依恋依赖显著低于25~30岁组, 18岁~24岁组的依恋焦虑显著高于25~30岁组, 18~24岁组的完美主义分维度行动的疑虑(对日常的小事犹豫不决, 觉得做的不对)显著高于25~30岁。在依恋安全、完美主义总量表、担心错误、个人标准、父母要求、条理性等上无显著差异见表3。

Table 3. Significance test of ages

表3. 年龄的差异性检验

	18~24岁(n=456)	25~30岁(n=113)	t
亲密恐惧	2.88 ± 0.79	2.60 ± 0.77	3.38**
依恋依赖	2.94 ± 0.73	3.10 ± 0.76	-2.09*
依恋焦虑	3.34 ± 0.93	3.04 ± 0.97	3.07**
行动疑虑	3.50 ± 0.78	3.21 ± 0.90	3.36**

***. 在0.05、0.01级别(双尾), 差异性显著。

3.2.2. 恋爱状况的差异性比较

恋爱状况中由于离婚人数较少(20人), 所以只探究了单身和恋爱中的人的差异。目前单身的人亲密恐惧显著高于恋爱的人, 依恋亲近显著低于恋爱的人, 依恋依赖显著低于恋爱的人, 依恋焦虑显著高于恋

爱的人, 完美主义显著高于恋爱的人, 担心错误显著高于恋爱的人, 行动的疑虑显著高于恋爱的人。在条理性、父母期望维度无显著差异。见表 4。

Table 4. Significance test between in love and single
表 4. 恋爱状态的差异性检验

	单身(n = 349)	恋爱(n = 200)	t
亲密恐惧	3.05 ± 0.70	2.49 ± 0.80	8.55***
依恋亲近	2.83 ± 0.86	3.28 ± 0.9	-5.84***
依恋依赖	2.84 ± 0.69	3.15 ± 0.79	-4.74***
依恋焦虑	3.45 ± 0.85	3.03 ± 1.03	5.08***
完美主义总分	3.23 ± 0.69	3.06 ± 0.71	3.15***
担心错误	3.04 ± 1.00	2.72 ± 0.97	3.59***
行动的疑虑	3.51 ± 0.78	3.37 ± 0.83	2.04*

*.***. 在 0.05、0.001 级别(双尾), 差异性显著。

3.2.3. 是否有恋爱经验的差异性比较

有恋爱经验的人亲密恐惧显著低于无恋爱经验的人, 依恋亲近显著高于无恋爱经验的人, 依恋依赖显著高于无恋爱经验的人, 依恋焦虑显著低于无恋爱经验的人, 完美主义显著低于无恋爱经验的人, 担心错误显著低于无恋爱经验的人, 行动的疑虑显著低于无恋爱经验的人。见表 5。

Table 5. Significance test of love experience
表 5. 是否有恋爱经验的差异性检验

	有恋爱经验(n = 374)	无恋爱经验(n = 195)	t
亲密恐惧	2.68 ± 0.81	3.08 ± 0.68	-5.78***
依恋亲近	3.12 ± 0.94	2.80 ± 0.83	4.05***
依恋依赖	3.06 ± 0.78	2.80 ± 0.63	4.06***
依恋焦虑	3.20 ± 1.00	3.34 ± 0.56	-2.84***
完美主义总分	3.23 ± 0.60	3.27 ± 0.66	-2.02*
担心错误	2.81 ± 1.02	3.09 ± 0.98	-3.11***
行动疑虑	3.36 ± 0.84	3.59 ± 0.72	-3.20***

*.***. 在 0.05、0.001 级别(双尾), 差异性显著。

3.2.4. 是否有性经验的差异性比较

有性经验的人亲密恐惧显著低于无性经验的人, 依恋亲近显著高于无性经验的人, 依恋依赖显著高于无性经验的人, 依恋焦虑显著低于无性经验的人, 完美主义显著低于无性经验的人, 担心错误显著低于无性经验的人, 个人标准显著低于无性经验的人, 行动疑虑显著低于无性经验的人。在父母要求、条理性维度上的差异不显著。见表 6。

3.2.5. 是否曾遭遇过性侵犯的差异性比较

曾遭遇过性骚扰的人其亲密恐惧显著高于未遭遇过性骚扰的人, 依恋亲近显著低于未遭遇过性骚扰的人, 依恋依赖显著低于为遭遇过性骚扰的人, 完美主义显著高于未经历过性骚扰的人, 担心错误显著高于未经历过性骚扰的人。见表 7。

Table 6. Significance test of sex experience
表 6. 是否有性经验的差异性检验

	有性经验(n = 191)	无性经验(n = 378)	t
亲密恐惧	2.46 ± 0.77	3.01 ± 0.73	-8.28***
依恋亲近	3.38 ± 0.89	2.83 ± 0.87	7.06***
依恋依赖	3.17 ± 0.79	2.87 ± 0.69	4.66***
依恋焦虑	3.15 ± 1.01	3.35 ± 0.90	-2.51*
完美主义总分	3.03 ± 0.76	3.22 ± 0.67	-2.41*
担心错误	2.74 ± 1.05	2.99 ± 0.98	-2.78**
个人标准	3.13 ± 0.86	3.29 ± 0.88	-2.13*
行动疑虑	3.27 ± 0.88	3.52 ± 0.76	-3.48**

***. 在 0.05、0.01、0.001 级别(双尾), 差异性显著。

Table 7. Significance test of sexual harassment
表 7. 是否遭遇过性骚扰的差异性检验

	是(n = 158)	否(n = 411)	t
亲密恐惧	3.01 ± 0.82	2.75 ± 0.77	3.51***
依恋亲近	2.74 ± 0.92	3.12 ± 0.89	-4.45***
依恋依赖	2.84 ± 0.76	3.02 ± 0.73	-2.64**
完美主义总分	3.37 ± 0.62	3.23 ± 0.58	2.61**
担心错误	3.19 ± 1.02	2.80 ± 0.99	4.22***

***. 在 0.01、0.001 级别(双尾), 差异性显著。

3.2.6. 童年经历的差异性比较

16 岁前长期遭受来自父母的躯体虐待、情感虐待、躯体忽视、情感忽视的人数为 175 人, 占 30.8%, 16 岁前有这些经历的人亲密恐惧显著高于没有这些经历的人, 依恋亲近显著低于没有这些经历的人, 依恋依赖显著低于没有这些经历的人, 依恋焦虑显著高于没有这些经历的人, 完美主义显著高于没有这些经历的人, 担心错误显著高于没有这些经历的人, 父母要求显著高于没有这些经历的人, 个人标准显著高于没有这些经历的人, 行动的疑虑显著高于没有这些经历的人, 在条理性维度上差异不显著。见表 8。

Table 8. Significance test of childhood experience
表 8. 童年期遭遇的差异性检验

	是(n = 175)	否(n = 394)	t
亲密恐惧	3.26 ± 0.73	2.63 ± 0.74	9.40***
依恋亲近	2.57 ± 0.87	3.21 ± 0.87	-8.15***
依恋依赖	2.58 ± 0.63	3.14 ± 0.72	-8.76***
依恋焦虑	3.63 ± 0.93	3.13 ± 0.90	5.99***
完美主义总	3.50 ± 0.65	3.01 ± 0.67	8.15***
担心错误	3.39 ± 0.97	2.69 ± 0.96	7.96***
父母要求	3.51 ± 0.93	2.96 ± 0.89	6.76***
个人标准	3.48 ± 0.88	3.14 ± 0.85	4.33***
行动疑虑	3.68 ± 0.75	3.33 ± 0.81	4.90***

***. 在 0.001 级别(双尾), 差异性显著。

3.2.7. 依恋类型的差异性比较

在依恋类型中, 恐惧型依恋的亲密恐惧最高、其次是拒绝型、先占型, 安全型最低且低于平均分。依恋类型在依恋亲近、依恋依赖、依恋焦虑上的得分符合不同依恋类型自身的特点。恐惧型依恋在完美主义及其维度上的得分均高于其它三个依恋类型。见表 9。

Table 9. Significance test of attachment type

表 9. 依恋类型的差异性检验

	安全型(n = 146)	先占型(n = 137)	拒绝型(n = 54)	恐惧型(n = 232)	F 值	P
亲密恐惧	2.17 ± 0.62	2.48 ± 0.53	3.21 ± 0.65	3.34 ± 0.62	136.35	0.000
依恋亲近	3.76 ± 0.63	3.63 ± 0.52	2.19 ± 0.66	2.36 ± 0.61	249.33	0.000
依恋依赖	3.62 ± 0.60	3.33 ± 0.45	2.49 ± 0.58	2.45 ± 0.51	186.24	0.000
依恋焦虑	2.18 ± 0.50	3.71 ± 0.53	2.38 ± 0.44	3.94 ± 0.57	408.88	0.000
完美主义	2.95 ± 0.52	3.23 ± 0.54	3.21 ± 0.52	3.32 ± 0.89	30.17	0.000
担心错误	2.25 ± 0.85	2.80 ± 0.88	2.78 ± 0.89	3.42 ± 0.93	52.22	0.000
父母要求	2.83 ± 0.94	3.06 ± 0.94	3.30 ± 0.85	3.32 ± 0.90	9.66	0.000
个人标准	2.96 ± 0.85	3.13 ± 0.82	3.22 ± 0.76	3.49 ± 0.88	12.82	0.000
行动疑虑	2.96 ± 0.84	3.53 ± 0.73	3.25 ± 0.87	3.73 ± 0.67	33.09	0.000

3.3. 亲密恐惧、成人依恋、完美主义的相关分析

亲密恐惧、成人依恋、完美主义及其维度之间存在显著相关。亲密恐惧与依恋亲近、依恋依赖、完美主义的条理性呈显著负相关, 与依恋焦虑、完美主义总量表、担心错误、父母期望、个人标准、行动的疑虑显著正相关。见表 10。

Table 10. Correlation analysis among variables

表 10. 变量间的相关分析

	亲密恐惧	依恋亲近	依恋依赖	依恋焦虑	完美主义总量表	担心错误	条理性	父母期望	个人标准	行动的疑虑
亲密恐惧	1.00	-0.727**	-0.595**	0.449**	0.414**	0.454**	-0.155**	0.260**	0.222**	0.307**
依恋亲近	-0.727**	1.00	0.662**	-0.352**	-0.365**	-0.413**	0.121**	-0.185**	-0.237**	-0.244**
依恋依赖	-0.595**	0.662**	1.00	-0.435**	-0.392**	-0.419**	0.115**	-0.221**	-0.247**	-0.289**
依恋焦虑	0.449**	-0.352**	-0.435**	1.00	0.459**	0.467**	-0.04	0.243**	0.259**	0.453**
完美主义总量表	0.414**	-0.365**	-0.392**	0.459**	1.00	0.863**	0.108**	0.685**	0.781**	0.697**
担心错误	0.454**	-0.413**	-0.419**	0.467**	0.863**	1.00	-0.05	0.412**	0.555**	0.577**
条理性	-0.155**	0.121**	0.115**	-0.04	0.108**	-0.05	1.00	0.02	0.325**	0.03
父母期望	0.260**	-0.185**	-0.221**	0.243**	0.685**	0.412**	0.02	1.00	0.363**	0.329**
个人标准	0.222**	-0.237**	-0.247**	0.259**	0.781**	0.555**	0.325**	0.363**	1.00	0.389**
行动的疑虑	0.307**	-0.244**	-0.289**	0.453**	0.697**	0.577**	0.03	0.329**	0.389**	1.00

** 在 0.01 级别(双尾), 差异性显著。

4. 讨论分析

4.1. 创伤性经历(性侵、性骚扰、童年期虐待)是成人期亲密恐惧的基础

从上述研究结果中可以看出, 高亲密恐惧者的早期经历有其特殊性。遭遇过性骚扰的女性, 她们的亲

密恐惧要显著高于未遭遇性骚扰的女性。在我们的研究中, 曾遭遇过性骚扰的人数为 158 人, 占 27.3%, 研究显示经历性骚扰的人中 90% 以上的受害者会出现明显的心理和生理障碍, 心理障碍包括应激、焦虑、疑虑、屈辱感、无助感等, 生理障碍包括头痛、食欲下降、睡眠紊乱(Robertson, Dyer, & Campbell, 1988), 另外遭遇性骚扰也会使女性对周围的人产生戒备、不信任他人, 不愿意积极主动地与人交往(雅子, 2004)。

曾遭遇性侵害的女性她们的亲密恐惧也高于未遭遇过性侵害的女性, 但结果只是边缘显著($t = 1.86, P = 0.63$), 原因可能是遭遇过性侵害的人数较少; 研究显示童年遭遇性侵害的影响包括抑郁、焦虑、创伤后应激障碍、饮食失调、人际关系问题、婚姻不和、性障碍、药物滥用和自我伤害行为(Hunter, 2010; Mullen, Martin, Anderson et al., 1996; Polusny & Follette, 1995)。亲密关系问题、内疚感和羞耻感也是童年遭遇性侵害来的长期影响(Davis & Petreticjackson, 2000)。

童年期遭遇过父母的躯体虐待、情感虐待、躯体忽略、情感忽略的总人数为 175 人, 占 30.8%, 她们的亲密恐惧显著高于没有这些经历的人。这与冀云、刘晓明、马艳杰等人的研究结果是一致的(冀云, 刘晓明, 马艳杰等, 2014)。Whisman 的研究指出亲密恐惧和早期创伤经历有着密切的关系, 童年创伤经历会破坏个体与人建立和维持亲密关系的能力(Whisman, 2006)。

4.2. 与亲密有关的经历是影响亲密恐惧的重要因素

在本研究中, 目前单身的人数占了大多数(61.3%), 而 18 岁~30 岁这个年龄段正是寻求亲密关系的关键时候, 与之不匹配的高单身率可能也说明了当代女性对建立亲密关系的焦虑和恐惧。我们的研究结果也显示目前单身的女性她们的亲密恐惧显著高于目前在恋爱中的女性。可能是因为恋爱中的女性正处在亲密关系中, 她们能感受到更多的亲密感, 也能更客观理性地评价当前的亲密关系所带来的恐惧感。

本研究中有恋爱经历的人数为 374 人, 占 65.7%, 有 34.3% 的女性没有恋爱经历, 即我们所说的“母胎单身”, 从我们当前的研究来探究其原因, 一方面可能是因为这些人的完美主义倾向, 研究显示没有恋爱经历的女性的完美主义程度显著高于有恋爱经历的女性, 且她们在担心错误和行动的疑虑上的得分都显著高于有恋爱经历的人。所以, 没谈过恋爱的人更害怕失败, 对局部和细小的错误表现出过分担心同时也会因担心不完美而表现出迟疑, 这可能会使得她们在进入一段恋情前有更多的顾虑。

我们的研究中有性经验的占 33.6%, 有恋爱经验的女性中, 大约一半人没有发生过性行为, 说明现代女性性问题上仍然比较慎重和保守。而对性的慎重和保守可能也是引起女性亲密恐惧的原因之一, 因为恋爱的潜在结果就是发生性关系, 而发生性关系对部分中国女性来又是一件跟恋爱完全不同的事情, 可能意味着责任和承诺和婚姻。研究证实性亲密和情感亲密是相互作用、密不可分的, 情感亲密是性亲密的基础, 同时性亲密会促进情感亲密(Štulhofer, 2014; Martinez & Lassche, 2010), 这可能也是有性经验的女性的亲密恐惧低于平均值的原因($m = 2.46, SD = 0.77$)。

4.3. 个人的稳定特质——依恋类型和完美主义是影响亲密恐惧的稳定因素

从我们的研究结论中可以看出亲密恐惧和成人依恋、完美主义相关及其显著。从亲密恐惧与成人依恋各个分维度的相关性来看: 亲密恐惧与依恋亲近的相关性最高, 达到了 -0.727 , 亲密恐惧与依恋依赖的相关性为 -0.595 , 这说明了亲密恐惧者的特点之一: 害怕亲近和依赖别人。在比较成人依恋的四种类型在亲密恐惧上的差异时我们也发现, 恐惧型依恋的女性在亲密恐惧上的得分是最高的, 安全型依恋的女性得分最低并且低于平均分($m = 2.17, SD = 0.62$), 因此我们有理由相信, 依恋风格在影响着我们对自己和亲密关系的感知。

完美主义也被称为完美主义人格, 足见其稳定性和顽固性。一个事事追求完美、害怕失败、在乎细枝末节的人, 是不可能不在乎自己是否在亲密关系中表现的完美, 或者另一半是否完美这个问题的。我们

的相关分析也显示, 亲密恐惧和完美主义存在显著相关性, 相关性为 0.414。在与完美主义分维度的比较中可以看出, 亲密恐惧与担心错误和行动的疑虑的相关性最高, 即亲密恐惧者时常担心自己出现错误同时也时常对自己行为的对与错、该或不该产生怀疑。

5. 主要结论

- 1) 青年女性亲密恐惧水平较高;
- 2) 童年经历(曾遭遇性侵、曾遭遇性骚扰、童年期遭受父母虐待)、恋爱相关的经验(目前所处的恋爱状态、是否有恋爱经验、是否有性经验、是否曾接收性教育)以及个人人格特质相关的因素(依恋类型和完美主义)都会影响女性的亲密恐惧。

参考文献

- 查德怀(2013). 单身现象的心理学解析. *科技视界*, (35), 398-399.
- 崔萌(2014). 大学生恋人的成人依恋、冲突解决行为与亲密关系满意度的关系. 硕士学位论文, 杭州: 浙江理工大学.
- 冀云, 刘晓明, 马艳杰等(2014). 大学生亲密恐惧与儿童期虐待的关系. *中国心理卫生杂志*, 28(2), 121-124.
- 蔺雯雯(2008). 大学生早期适应不良图式与亲密恐惧的关系及干预研究. 硕士学位论文, 北京: 首都师范大学.
- 刘泽文, 崔萌, 韩易静(2014). 青年恋人的成人依恋、冲突解决行为与亲密关系满意度. *中国心理卫生杂志*, 28(8), 597-601.
- 马艳杰, 冀云(2016). 大学生亲密恐惧与父母婚姻冲突知觉的关系. *中国健康心理学杂志*, 24(6), 844-846.
- 孙丽平(2015). 高学历大龄相亲男女的心理调查. *时代教育*, (7), 199-199.
- 吴薇莉, 张伟, 刘协和(2004). 成人依恋量表(AAS-1996 修订版)在中国的信度和效度. *四川大学学报(医学版)*, 35(4), 536-538.
- 向叶敏(2015). 中美大学生关系型自我构念、依恋与亲密关系质量关系的比较研究. 硕士学位论文, 杭州: 杭州师范大学.
- 雅子(2004). 性骚扰的危害不容忽视. *心理与健康*, (8), 9.
- 叶丽明(2016). 成人依恋类型与婚恋时长在亲密关系满意度上的差异及其预测研究. 硕士学位论文, 南昌: 江西师范大学.
- 张现利(2013). 大学生新生自我同一性与亲密恐惧的关系研究: 基于自卑感的中介效应分析. 硕士学位论文, 长沙: 中南大学.
- 瞿非, 周旭(2006). 中文 Frost 多维度完美主义问卷的信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 14(6), 560-563.
- Bowlby, J. M. (1969). *Attachment and Loss* (pp. 595-599). New York: Basic Books.
- Cash, T. F., Thériault, J., & Annis, N. M. (2004). Body Image in an Interpersonal Context: Adult Attachment, Fear of Intimacy, and Social Anxiety. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 23, 89-103.
- Davis, J. L., & Petreticjackson, P. A. (2000). The Impact of Child Sexual Abuse on Adult Interpersonal Functioning: A Review and Synthesis of the Empirical Literature. *Aggression & Violent Behavior*, 5, 291-328. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(99\)00010-5](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(99)00010-5)
- Decutner, C. J., & Thelen, M. H. (1991). Development and Validation of Fear of Intimacy Scale. *Psychological Assessment*, 3, 218-225. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.3.2.218>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton.
- Freedman, J. L. (1978). *Happy People: What Happiness Is, Who Has It, and Why*.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. et al. (1990). The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy & Research*, 14, 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality & Social Psychology*, 52, 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hunter, S. V. (2010). Understanding the Complexity of Child Sexual Abuse: A Review of the Literature with Implications for Family Counseling. *Family Journal*, 14, 349-358. <https://doi.org/10.1177/1066480706291092>
- Klinger, E. (1977). *Meaning and Void: Inner Experience and the Incentive in People's Lives*. Minneapolis, MN: University of Minnesota Press.
- Lutwak, N., Panish, J., & Ferrari, J. (2003). Shame and Guilt: Characterological vs. Behavioral Self-Blame and Their Rela-

- relationship to Fear of Intimacy. *Personality & Individual Differences*, 35, 909-916.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00307-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00307-0)
- Martinez, I. T., & Lassche, J. (2010). *What Do Men and Women Require to Gratify Their Desire? Gender Differences in Emotional and Sexual Intimacy*.
- Maslow, A. H. (1954). The Instinctoid Nature of Basic Needs. *Journal of Personality*, 22, 326-347.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1954.tb01136.x>
- Mullen, P. E., Martin, J. L., Anderson, J. C. et al. (1996). The Long-Term Impact of the Physical, Emotional, and Sexual Abuse of Children: A Community Study. *Child Abuse & Neglect*, 20, 7. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(95\)00112-3](https://doi.org/10.1016/0145-2134(95)00112-3)
- Polusny, M. A., & Follette, V. M. (1995). Long-Term Correlates of Child Sexual Abuse: Theory and Review of the Empirical Literature. *Applied & Preventive Psychology*, 4, 143-166. [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80055-1](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80055-1)
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, Attachment, and Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 238-250. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.2.238>
- Robertson, C., Dyer, C. E., & Campbell, D. (1988). Campus Harassment: Sexual Harassment Policies and Procedures at Institutions of Higher Learning. *Signs Journal of Women in Culture & Society*, 13, 792-812. <https://doi.org/10.1086/494468>
- Stulhofer, A. (2014). Emotional Intimacy, Sexual Desire, and Sexual Satisfaction among Partnered Heterosexual Men. *Sexual & Relationship Therapy*, 29, 229-244. <https://doi.org/10.1080/14681994.2013.870335>
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: W. W. Norton & Company.
- Terrell, F., Terrell, I. S., & Von Drashek, S. R. (2000). Loneliness and Fear of Intimacy among Adolescents Who Were Taught Not to Trust Strangers during Childhood. *Adolescence*, 35, 611-617.
- Thelen, M. H., Vander Wal, J. S., Thomas, A. M. et al. (2000). Fear of Intimacy among Dating Couples. *Behavior Modification*, 24, 223-240. <https://doi.org/10.1177/0145445500242004>
- Traeen, B., & Sorensen, D. (2000). Breaking the Speed of the Sound of Loneliness: Sexual Partner Change and the Fear of Intimacy. *Culture Health & Sexuality*, 2, 287-301. <https://doi.org/10.1080/136910500422269>
- Whisman, M. A. (2006). Childhood Trauma and Marital Outcomes in Adulthood. *Personal Relationships*, 13, 375-386.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00124.x>

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org