

A Review of the Researches on the Attachment Relationship of the Patients with Anxiety Disorder

Ying Xue*, Qin Yang, Yunping Yang

Beijing Key Laboratory of Diagnosis and Treatment of Mental Disorders, Department of Clinical Psychology,
Beijing Anding Hospital, Capital Medical University, Beijing
Beijing Key Lab of Mental Disorders, Beijing
Email: *xue86ying@yahoo.com.cn

Received: Nov. 17th, 2012; revised: Nov. 29th, 2012; accepted: Dec. 11th, 2012

Abstract: Anxiety disorder is one of normal mental disorders and its mental mechanism has become the focus of researches in recent years. This study introduced the theory of attachment and the concept of anxiety disorder firstly and then reviewed the researches on the attachment relationship of the patients with anxiety disorder.

Keywords: Anxiety Disorder; Adult Attachment

焦虑障碍患者的依恋关系研究综述

薛莹*, 杨琴, 杨蕴萍

首都医科大学附属北京安定医院临床心理学系, 精神疾病诊断与治疗北京市重点实验室, 北京
Email: *xue86ying@yahoo.com.cn

收稿日期: 2012年11月17日; 修回日期: 2012年11月29日; 录用日期: 2012年12月11日

摘要: 焦虑障碍作为常见的精神障碍之一, 其心理学机制成为近年来研究的重点。本文首先介绍了依恋理论和焦虑障碍的概念, 然后对焦虑障碍患者的依恋关系的有关研究作一综述。

关键词: 焦虑障碍; 成人依恋

1. 引言

焦虑障碍(anxiety disorders)是常见的精神障碍之一, 据估计在美国焦虑障碍患者的终身发病率 10%~15%(Runeson & Rich, 1994)。Phillips 和 Zhang 2009 年在我国四省(山东、浙江、青海和宁夏)流调结果显示: 焦虑障碍的现患病率为 5.6%(5.0%~6.3%)。焦虑障碍患者常合并其他精神疾患, 如共病抑郁症或人格障碍, 且焦虑谱系内的共病亦很常见, 所造成的疾病负担相当沉重(孙海霞, 杨蕴萍, 2003)。1990 年美国医疗负担中与焦虑障碍有关的费用为 466 亿美元, 占全年精神卫生费用的 31%(Runeson & Rich, 1994)。

*通讯作者。

对焦虑障碍的研究, 多集中在神经生化、影像学、遗传等, 在病因学和病理心理学方面, 上世纪 60 年代 Bowlby 创立的依恋理论(Attachment)是一个理解焦虑障碍的独特视角。自依恋理论创立以来, 越来越多的学者开始关注母婴关系对个体成长中人格发展的影响。Bowlby 认为个体在婴幼儿期与主要照料者的依恋关系中逐渐形成对自我、他人及人际关系的一种稳定认知和内部工作模式, 这种稳定的认知和内部工作模式会影响其成年后人际交往中的情感、情绪、认知和应对环境的行为(Bowlby, 1977)。最初的研究多集中于母婴关系, 1985 年 George, Kaplan 和 Main 创建了成人依恋访谈(AAI)测量工具之后, 研究者们的焦

点开始从婴幼儿转向青少年和成人(Bartholomew & Horowitz, 1991)。

近年来,国内外学者从成人依恋的角度,探索不安全依恋类型与焦虑障碍和焦虑水平的关系,本文尝试作一综述,从心理发展的角度探索焦虑障碍的成因,也为焦虑障碍的心理治疗提供理论支持。

2. 概念界定

2.1. 依恋的概念

所谓依恋,是指个体与重要客体(最初是父母亲或其他养育者,之后是婚姻中的伴侣)之间的情感联系,这种联系是持久稳固的,并且具有显著的情感需求性,渴望与该客体保持亲密关系,在与该客体分离或丧失该客体时,会感到悲伤,甚至出现心理紊乱状态(Bowlby, 1977)。Ainsworth 认为良好的依恋关系是个体从幼年至成年完成心理成长的“安全基地”,使得个体能够进行外部探索以及最终发展出独立应对环境的能力(Fraley, Garner, & Shaver, 2000)。

1978年美国心理学家 Mary Ainsworth 用“陌生情景法”将婴儿的依恋类型区分为安全型(securely attached)、回避型(avoidant attached)和焦虑-矛盾型(anxious-resistant attached)三种类型。安全型的婴儿把母亲(或照料者)作为安全基地;回避型的婴儿倾向于压抑和减少消极情绪的表达;矛盾型的婴儿在母亲离开时表现出过度悲伤、生气和阻抗,但当母亲回来时又显出矛盾行为,既想亲近又要拒绝母亲(鲁小华, 霍莉钦, 丛中, 2007)。

1991年,Bartholomew 和 Horowitz 根据对自我及他人的表征是积极还是消极这两个维度,将成人依恋关系分为以下四类:分别是安全型(secure)、迷恋型(preoccupied)、淡漠型(dismissing)、恐惧型(fearful),后三者又统称为不安全型依恋。其中安全型的个体在人际关系中的能够自如放松,感受自己值得被爱,他人也是值得信赖的;专注型的个体总是努力去赢得他人的接纳,并以此支持消极的自我形象,认为自己不值得被爱,而他人是值得信赖的;回避型的个体会以避免与他人发生亲密联系来免受伤害,认为自己值得被爱,而他人是不可靠的;恐惧型的个体常常处于害怕他人的拒绝而避免亲密联系,认为自己不值得爱,他人也是不可靠的(Bartholomew & Horowitz, 1991)。

2.2. 焦虑障碍的概念

焦虑障碍是指在没有脑器质性疾病或其他精神疾患的情况下,以精神和躯体的焦虑症状为主要的、突出的异常状态(沈渔邨, 2009)。在美国精神障碍诊断与统计手册第4版(DSM-IV)中,焦虑障碍包括惊恐障碍(PD)、广场恐怖症、特定恐怖症、社交焦虑障碍(SAD)、广泛性焦虑障碍(GAD)、强迫症(OCD)、急性应激障碍(ASD)及创伤后应激障碍(PTSD)。

主要临床症状表现为焦虑情绪体验、自主神经功能失调和运动性不安。临床上常见有急性焦虑和慢性焦虑两种表现形式。自主神经功能失调表现为心悸、出汗、胸闷、呼吸急促、口感、便秘等,运动性不安主要包括:坐立不安、搓手顿足、肢体发抖、肌肉紧张性疼痛等。治疗上以药物治疗和心理治疗为主(沈渔邨, 2009)。

3. 焦虑障碍与成人依恋的相关研究

国内外研究显示:焦虑障碍与依恋存在相关性。G. Myhr(2004)用成人依恋问卷(AAS)对36名强迫症患者, Ivarsson T(2010)用成人依恋访谈(AAI)对25名强迫症患者以及我国谢玲等(2007)用亲密关系体验问卷(ECR-C)对95例强迫症患者,鲁小华(2006)自己翻译修订的亲密关系体验问卷修订版(ECR-R)并对32名强迫症患者的研究均显示:强迫症患者的不安全依恋类型较正常对照组多。吴薇莉等2005年用AAS对82名社交焦虑障碍(SAD)的患者研究发现SAD的成人依恋类型为不安全型(恐惧型 30.5%与迷恋型 34.1%)为主要表现,认为不安全依恋关系是SAD产生的病理心理基础,恐惧型对社交焦虑产生的影响作用最大。

一些对青少年的研究提示了早期形成的不安全依恋对焦虑障碍有很大的影响作用。Ollendick, T.H.等人(2002)研究报告显示:婴儿期有不安全依恋关系(焦虑-矛盾型)的青少年较对照组有2倍的可能发展出焦虑障碍。Carl等人(2002)对500余名高中生和大学生研究报告指出,具有不安全型依恋类型(尤指迷恋和恐惧型)的个体,其焦虑敏感性得分显著高于安全型的个体。Bar等人(2007)在一项追踪研究中发现,早期表现为焦虑-矛盾型依恋特点的儿童更易患学校恐怖症。

Manassis, K.等(2001)提出,焦虑-矛盾型依恋的

婴儿易于在日后的生活中产生慢性焦虑的原因与照料者的不可预测的、不规律的反应相关联。这种依恋类型的婴儿生活在不断担心被遗弃和孤单的感觉之中。这种持续性的对分离的恐惧使之产生慢性警觉的应对策略,即由于孩子缺乏对照料者的信任,他们的依恋系统便处于慢性的激活状态下,甚至即使是在一些安全的情境下也缺少对环境的探索。这种回避和过度的谨慎行为被认为是孩子各种焦虑情绪或障碍的核心症状,可持续整个儿童青少年期,如果未加有效干预的话,可能会持续至成年,并容易甚至罹患焦虑障碍。

安全依恋型个体自我价值感较高,有更平衡、更连贯的自我结构,认为他人是值得信赖的,在与他人的关系中比较自信,容易获得愉悦感。即使遭遇压力环境,产生焦虑等负性情绪也容易通过关系缓冲系统得以缓解,不易形成持久的焦虑。而不安全依恋个体容易产生负性的自我评价和情绪,也容易曲解别人的意图、产生戒备心理、害怕被他人否定和拒绝等,更容易出现焦虑症状。

研究表明,迷恋型个体报告了更强烈的情感反应(如更高的焦虑水平和孤独感)、更频繁的情绪波动、更多的情绪表达。他们常过分夸大了环境对自我的潜在威胁,过度敏感和关注与依恋对象的关系,并试图通过各种反应引起依恋对象甚至非依恋对象的爱和支持,将自己与依恋对象的距离最小化(Pietromonaco & Barrett, 2000)。然而这个过程常难以完全实现,受阻后的个体常会产生高水平的焦虑等不良情绪。淡漠型个体报告了更低落的情绪状态、更少的情绪表达和孤独感,并善于压抑自己的情感。他们试图将自己与他人的距离最大化,不喜欢身体接触,难以友善地对待他人(Cassidy & Jude, 2000)。如产生焦虑情绪时也难以得到依恋对象的情绪缓冲和调节,使得负面情绪容易积存下来。恐惧型个体既体验到了外在威胁,又不乐于依赖他人,因而两个目标彼此矛盾,经常处于趋避冲突中,因此对焦虑障碍作用最大。

4. 不足和展望

既往关于依恋的研究多集中在横向研究中,纵向研究较少,且测量工具没有很好统一,可能造成研究结果的偏差和不可比较性。国内依恋研究起步较晚,

还没有自主开发的本土化测量工具。不安全依恋类型及特征可能是焦虑障碍产生的病理心理学基础,但不安全依恋类型与其它发病因素的交互作用机制,尚需要更多的研究来证实。

依恋的内部工作模式一旦形成具有高度稳定性,个体在生活中倾向于选择性接受与已有模式一致的信息,或是将信息同化,甚至无意识地以扭曲认知(Pietromonaco & Barrett, 2000)。但是内部工作模式也不是一成不变的,也会根据现实环境和人际情境进行调节,尤其是当与已有模式不一致的信息无法被忽略或排除时,内部工作模型的“修正”或“更新”就会出现(Vermigli & Toni, 2004)。治疗师在心理治疗中建立的治疗关系提供的矫正性体验就能起到这样的作用。针对焦虑障碍患者的内部工作模式,不良自我以及他人表征做干预和治疗,对于改善患者焦虑症状、人际关系、认知情感行为等方面都有着重要意义。

参考文献 (References)

- 鲁小华, 霍莉钦, 丛中(2007). 依恋及其评估方法概述. *中国心理卫生杂志*, 3期, 204-207.
- 鲁小华, 霍莉钦, 高文凤等(2006). 亲密关系体验问卷修订版的信效度研究. *中国心理卫生杂志*, 11期, 716-718.
- 孙海霞, 杨蕴萍(2003). 抑郁症和焦虑障碍共病的研究现状. *国外医学, 精神病学分册*, 3期, 166-169.
- 沈渔邨(2009). *精神病学(第5版)*. 北京: 人民卫生出版社, 599-601.
- 吴薇莉(2008). 社交焦虑障碍成人依恋类型与防御机制关系的研究. *中国健康心理学杂志*, 3期, 322-325.
- 谢玲(2007). *强迫症的依恋关系及述情障碍研究*. 四川大学硕士学位论文, 成都.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bar-Haim, Y. (2007). Predicting children's anxiety from early attachment relationships. *Journal of Anxiety Disorders*, 21, 1061-1068.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. An expanded version of the Fiftieth Maudsley Lecture, delivered before the Royal College of Psychiatrists, 19 November 1976. *The British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.
- Cassidy, J. (2000). Adult romantic attachments: A developmental perspective on individual differences. *Review of General Psychology*, 4, 111-131.
- Crawford, A. M., & Manassis, K. (2001) Familial predictors of treatment outcome in childhood anxiety disorders. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 40, 1182-1189.
- Fraley, R. C., Garner, J. P., & Shaver, P. R. (2000). Adult attachment and the defensive regulation of attention and memory: Examining the role of preemptive and postemptive defensive processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 816-826.
- Ivarsson, T., Granqvist, P., Gillberg, C., et al. (2010). Attachment states of mind in adolescents with Obsessive-Compulsive Disorder and/or depressive disorders: A controlled study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 19, 845-853.
- Myhr, G., Sookman, D., & Pinard, G. (2004). Attachment security and

焦虑障碍患者的依恋关系研究综述

- parental bonding in adults with obsessive-compulsive disorder: A comparison with depressed out-patients and healthy controls. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109, 447-456.
- Ollendick, T. H., & Hirshfeld-Becker, D. R. (2002). The developmental psychopathology of social anxiety disorder. *Biological Psychiatry*, 51, 44-58.
- Phillips, M. R., Zhang, J., Shi, Q., et al. (2009). Prevalence, treatment, and associated disability of mental disorders in four provinces in China during 2001-05: An epidemiological survey. *Lancet*, 373, 2041-2053.
- Pietromonaco, B. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others? *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 155-175.
- Runeson, B. S., & Rich, C. L. (1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 3rd ed. (DSM-III), adaptive functioning in young Swedish suicides. *Annals of Clinical Psychiatry*, 6, 181-183.
- Vermigli, P., & Toni, A. (2004). Attachment and field dependence: Individual difference in information processing. *European Psychologist*, 9, 43-55.
- Weems, C. F., & Berman, L. S. (2002). The relation between anxiety sensitivity and attachment style in adolescence and early adulthood. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 24, 159-168.