

成人依恋对大学生社会适应能力的影响

——核心自我评价的中介作用

乌日罕, 牡丹

内蒙古师范大学, 内蒙古 呼和浩特

收稿日期: 2022年3月22日; 录用日期: 2022年4月12日; 发布日期: 2022年4月22日

摘要

为探索成人依恋和社会适应能力的关系以及核心自我评价在其中的作用, 本研究以内蒙古师范大学212名大学生为研究对象, 使用问卷调查进行研究发现: 1) 安全型依恋大学生的核心自我评价得分和社会适应能力得分比非安全型依恋大学生的得分高; 2) 依恋回避和依恋焦虑与核心自我评价以及社会适应能力存在显著负相关; 3) 核心自我评价在依恋回避影响社会适应能力过程和依恋焦虑影响社会适应能力过程中分别起部分中介和完全中介作用。在后续的研究中可以通过干预等方式提高非安全依恋个体的核心自我评价, 来提升其社会适应能力。

关键词

成人依恋, 社会适应能力, 核心自我评价, 大学生

The Influence of Adult Attachment on College Students' Social Adjustment Ability

—The Mediating Role of Core Self-Evaluation

Wurihan, Dan Mu

Inner Mongolia Normal University, Hohhot Inner Mongolia

Received: Mar. 22nd, 2022; accepted: Apr. 12th, 2022; published: Apr. 22nd, 2022

Abstract

To explore the relationship between adult attachment and social adaptive ability and the mechan-

ism of core self-evaluation, a total of 212 college students from Inner Mongolia Normal University were selected as subjects by conducting a questionnaire survey. The results showed that: 1) Students with secure attachment had the highest core self-evaluation and the best social adaptive ability; 2) attachment avoidance and attachment anxiety were negatively correlated with core self-evaluation and social adaptability; 3) the effect of attachment avoidance on social adaptive ability was partly mediated by core self-evaluation, and that of attachment anxiety on social adaptive ability was completely mediated by attachment avoidance. In future research, intervention can be used to improve the core self-evaluation of insecure attachment individuals to improve their social adaptability.

Keywords

Adult Attachment, Social Adaptive Ability, Core Self-Evaluation, College Students

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

人类婴儿出生后随着年龄的发展逐渐开始学习适应社会、培养社会角色以及建立社会关系。家庭是个体学习社会规范、形成最初的社会关系和社会适应的基础环境条件。家庭氛围和沟通状况都是影响个体社会适应发展的主要因素(方晓义, 戴丽琼, 房超, 邓林园, 2006)。伴随着成长, 个体将处于更复杂的社会关当中。当个体步入大学校园后, 面临的是从青春期过渡到成人期的阶段, 是个体学会独立、锻炼社会适应能力的关键时期。这期间如果出现社会适应不良的话不仅会影响大学期间的学习和生活, 还会影响成年后的工作和生活(方晓义, 沃建中, 蔺秀云, 2005)。社会适应能力(Social Adaptive Ability)又称为社会适应性, 指个体以适应社会文化背景的要求和自身发展的需要为目的, 在生活、学习和社交等实际活动中学会主动选择和回避相应事物以及独立处理生活事务、承担社会责任, 以达到符合其年龄和所处社会文化要求的能力水平(张和云, 赵欢欢, 杨文娇, 2011; 董鹏美, 周荔莉, 2015)。

影响社会适应能力的因素包括诸多外在因素和内在因素(高云山, 张丽娜, 马晓玲, 魏寒冰, 白雪燕, 2015)。其中依恋是重要的内在因素之一。作为相对稳定的心理特征, 依恋会影响个体对社会关系的感知和解读, 以及社会交往的方式和质量(Pietromonaco & Barrett, 1997)。依恋(Attachment)理论由英国心理学家 Bowlby (1969)提出, 依恋指孩子与其主要抚养者的特殊情感联结。Bowlby 还提出了内部工作模型(Internal Working Model)的概念, 指孩子与其主要抚养者互动过程中形成的关于自我和他人的表征, 即自我工作模型和他人工作模型(Bretherton & Munholland, 2008; Pietromonaco & Barrett, 2000)。主要抚养者对孩子需求的反应敏感性和可依赖程度决定孩子对自我价值的判断和对他人可靠性的预期, 导致个体形成属于自己的内部工作模型(段春媛, 马小亮, 2008; 杨红君, 高明, 李国强, 龚跃华, 胡小兰, 文小辉, 2013)。

Hazan 和 Shaver 发现成人情侣之间也可以形成和婴幼儿期形成的亲子依恋特征高度相似的情感联结, 所以提出了成人依恋(Adult Attachment)。他们延续 Ainsworth 和 Bell (1970)三种亲子依恋分类将成人依恋类型也分成了安全型、焦虑/矛盾型和回避型进行探索(Hazan & Shaver, 1987)。在此基础上, Bartholomew 和 Horowitz 提出回避型可以分为恐惧型回避和冷漠型回避, 据此成人依恋风格分为安全型、焦虑型、恐惧型回避和冷漠型回避四种(Bartholomew & Horowitz, 1991)。四种成人依恋类型有不同的内部

工作模型：安全型具有积极的自我模型和他人模型；冷漠型具有积极的自我模型和消极的他人模型；焦虑型有消极的自我模型和积极的他人模型；恐惧型具有消极的自我模型和他人模型(杨红君, 高明, 李国强, 龚跃华, 胡小兰, 文小辉, 2013)。这种内部工作模型的差异导致不同依恋类型在人际关系中有不同的表现。安全型依恋个体对亲密关系感到舒适, 不会担心被他人拒绝; 焦虑型个体过度寻求亲密并时常担心被拒绝; 冷漠型依恋个体对亲密关系感到不舒服, 难以信赖和依靠他人; 恐惧型依恋个体表现为怕被拒绝的同时又无法信赖和依靠他人(Pietromonaco & Barrett, 1997)。

研究发现, 安全型依恋个体具有更好的社会适应能力, 在面临人际冲突等负性情境时能比非安全依恋个体更好地调节负性情绪、更少受抑郁和焦虑情绪的影响。戴晓天(2012)通过比较不同依恋类型大学生的学校适应情况后, 发现安全型依恋大学生的学校适应显著好于非安全依恋类型大学生; 恐惧型依恋大学生的学校适应状况最差(戴晓天, 2012)。谢安娜和杨蕴萍同样指出安全型依恋个体的学校适应最好, 高依恋焦虑和高依恋回避对学校适应有负面影响(谢安娜, 杨蕴萍, 2015)。

个体对自身能力和价值最基本的评价称为核心自我评价(Core Self Evaluation, CSE), 核心自我评价一般包括个体对自己的自尊、控制点、神经质和一般自我效能感四种特质的主观评价。自尊是关于个体如何评价自己整体价值的概念; 一般自我效能感是人对自己日常行为能否成功的主观判断; 神经质是个体对自己情绪稳定程度的评价; 控制点是人对自身能否控制自身生活环境的评价(Johnson, Rosen, & Levy, 2008)。核心自我评价对工作满意度、生活满意度、幸福感、心理健康等方面都有影响, 研究表明核心自我评价高的个体的社会适应能力也高(王眉眉, 王丽, 2013)。根据依恋理论, 依恋内部工作模型会影响个体的注意、记忆等认知信息加工过程, 同时也会影响个体对自身的评价和自我认识。比如安全型依恋个体比其他非安全依恋类型有着更高的自尊和自信心。Bowlby 提出高依恋焦虑和高依恋回避的个体无法建立积极正向的核心自我评价; 朱伟, 陈国法(2012)等人的研究表明, 依恋焦虑和依恋回避与核心自我评价存在显著负相关。核心自我评价在依恋与主观幸福感、同伴依恋、抑郁的关系中起到中介作用(梁娟, 2015; 王眉眉, 王丽, 2013; 朱伟, 陈国法, 王催春, 吴小翠, 2012)。

目前虽然已经有许多研究证明了这三者之间的关系, 但都止于两两相关的研究。所以, 本文以现有研究结果作为基础提出了研究假设: 依恋焦虑和依恋回避影响个体的社会适应能力, 核心自我评价在此过程中起到中介作用。假设模型如图 1。

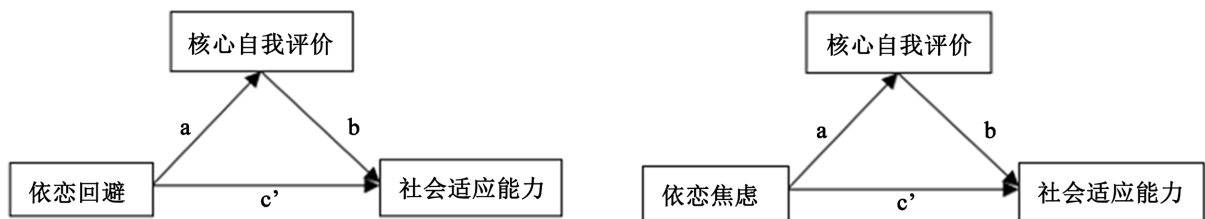


Figure 1. The mediating role of core self-evaluation in the influence of adult attachment on social adaptive ability
图 1. 成人依恋影响社会适应能力过程中核心自我评价的中介作用

2. 研究方法

2.1. 被试

以内蒙古师范大学学生为研究对象, 发放 220 份问卷, 剔除无效问卷 8 份后回收有效问卷 212 份, 有效回收率为 96%。其中女生 167 人, 男生 45 人。年龄在 18~27 岁之间, 平均年龄为 21.48 ± 2.53 岁。安全型依恋大学生 32 人, 非安全型依恋大学生 180 人, 分布趋势符合已有研究结果(李韵, 张璟, 胡竹菁, 周双珠, 2019)。

2.2. 研究工具

1) 成人依恋。成人依恋的测量采用李同归和加藤和生(2006)修订的亲密关系量表(ECR-R), 在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.841。两个分量表的相关系数为 $r = 0.368$, $p < 0.01$ 。依恋类型根据回避和焦虑两个维度的得分决定: 在焦虑和回避两个维度上的得分均低的类型为安全性依恋; 焦虑维度得分低, 回避维度得分高的类型为冷漠型依恋; 焦虑维度得分高, 回避维度得分低的类型为焦虑型依恋; 依恋焦虑和回避两个维度上的得分均高的类型为恐惧型依恋。

2) 核心自我评价量表。核心自我评价采用杜建政等人(2012)对 CSES 量表的中文修订版, 修订后的量表有 10 个项目, 在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.713。问卷采用 5 点计分, “完全不同意”记 1 分, “不同意”记 2 分、“不确定”记 3 分, “同意”记 4 分, “完全同意”记 5 分。量表得分越高, 表示个体的核心自我评价水平越高。

3) 社会适应能力自评量表。社会适应能力的测量采用郑日昌(1999)编制的大学生社会适应能力诊断量表, 量表包括 20 个项目, 在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.724。采用 3 点计分方法, 奇数题“是”记-2 分, “无法确定”记 0 分、“不是”记 2 分, 偶数题“是”记 2 分, “无法确定”记 0 分、“不是”记-2 分。最后以总分作为社会适应能力的判断标准, 得分越高社会适应能力越高。

2.3. 共同方法偏差检验

采用 Herman 单因子检验对共同方法进行诊断, 第一个因子解释的变异量为 14.476%, 小于 40% 的临界标准, 表明不存在明显的共同方法偏差问题。

3. 结果与分析

3.1. 大学生成人依恋类型及其差异

通过单因素方差分析发现, 四种依恋类型在回避维度总分上有显著差异, $F = 133.97$, $p < 0.001$ 。得分从高到低为: 冷漠型 > 恐惧型 > 焦虑型 > 安全型; 四种依恋类型在焦虑维度得分上有显著差异, 得分从高到低分别为: 焦虑型 > 恐惧型 > 安全型 > 冷漠型, $F = 88.56$, $p < 0.001$ 。自我模型得分上, 四种依恋类型有显著差异, $F = 14.73$, $p < 0.001$, 事后比较发现, 安全型和冷漠型的自我模型得分无显著差异, $p = 0.94$; 焦虑型和恐惧型的自我模型得分无显著差异, $p = 0.60$, 表明安全型和冷漠型的自我工作模型较积极, 恐惧型和焦虑型的自我模型较消极。他人模型得分上, 四种依恋类型有显著差异, $F = 7.901$, $p < 0.001$ 。事后比较显示, 安全型和焦虑型的他人模型得分无显著差异, $p = 0.14$; 恐惧型和冷漠型无显著差异, $p = 0.341$ 。表明安全型和焦虑型的他人模型较积极, 恐惧型和冷漠型的他人模型较消极。以上结果符合依恋内部工作模型理论, 具体分数见表 1。

Table 1. The differences of different attachment types in core self-evaluation and social adaptability ($M \pm SD$)
表 1. 不同依恋类型在核心自我评价与社会适应能力上的差异($M \pm SD$)

类型	个案	回避维度	焦虑维度	自我模型	他人模型	核心自我评价	社会适应能力
安全型	32	37.03 \pm 9.44	53.50 \pm 8.92	3.47 \pm 3.17	0.72 \pm 4.50	37.25 \pm 5.46	8.56 \pm 12.91
焦虑型	55	47.76 \pm 12.12	86.11 \pm 14.75	-0.29 \pm 3.60	1.82 \pm 3.61	32.87 \pm 5.95	0.95 \pm 13.17
恐惧型	107	71.33 \pm 9.20	75.86 \pm 10.07	0.00 \pm 3.19	-0.58 \pm 2.80	32.73 \pm 5.24	-0.43 \pm 12.62
冷漠型	18	77.00 \pm 17.79	47.39 \pm 10.49	3.39 \pm 3.22	-1.39 \pm 2.91	36.33 \pm 5.26	3.33 \pm 9.33

四种依恋类型的核心自我评价得分从高到低为: 安全型 > 冷漠型 > 焦虑型 > 恐惧型, $F = 7.44, p < 0.001$ 。事后比较发现, 安全型和冷漠型的得分差异不显著, $p = 0.57$, 恐惧型和焦虑型的得分差异不显著, $p = 0.87$ 。表明安全型和冷漠型的核心自我评价较高, 焦虑型和恐惧型的核心自我评价较低。社会适应能力得分从高到低为: 安全型 < 冷漠型 < 焦虑型 < 恐惧型, 差异显著, $F = 4.36, p < 0.01$ 。其中除安全型外的三种依恋类型之间的社会适应能力得分无显著差异, $F = 0.78, p = 0.46$ 。表明安全型依恋的社会适应能力最好, 其他三种非安全依恋类型的社会适应能力较弱, 具体分数见表 1。

3.2. 大学生成人依恋、核心自我评价、社会适应之间的关系

对依恋回避和焦虑维度、核心自我评价和社会适应的相关分析发现, 回避维度和自我及他人模型都存在显著负相关。焦虑维度与自我模型呈显著负相关。回避维度与核心自我评价存在显著负相关、与社会适应能力存在显著负相关。焦虑维度与核心自我评价呈显著负相关, 与社会适应能力呈显著负相关。自我模型与核心自我评价存在显著正相关。核心自我评价与社会适应能力存在显著正相关。具体数据如表 2 所示。

Table 2. Descriptive statistics and correlation analysis of all observed variables ($M \pm SD, r$)

表 2. 所有观测变量的描述统计与相关分析($M \pm SD, r$)

观测变量	$M \pm SD$	依恋回避	依恋焦虑	自我模型	他人模型	核心自我评价
依恋回避	60.52 ± 17.79					
依恋焦虑	72.73 ± 17.02	0.071				
自我模型	0.74 ± 3.61	-0.17*	-0.52**			
他人模型	0.17 ± 3.50	-0.401**	0.167*	0.008		
核心自我评价	33.75 ± 5.71	-0.193**	-0.366**	0.374**	0.07	
社会适应能力	1.60 ± 12.87	-0.266**	-0.25**	0.219**	0.107	0.486**

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

3.3. 核心自我评价的中介效应检验

为验证核心自我评价是否在依恋回避影响社会适应过程中存在中介效应, 首先将所有的连续变量进行标准化, 然后参照 Bolin 提出的 Bootstrap 方法进行中介效应检验, 样本量选择 5000, 在 95% 置信区间内(温忠麟, 叶宝娟, 2014), 将依恋回避维度作为自变量, 社会适应能力作为因变量, 核心自我评价作为中介变量, 进行了中介效应分析。结果发现, 模型的 $r^2 = 0.27$ 。具体路径统计结果如表 3 所示。模型的直接路径在 95% 置信区间内(-0.30~-0.06), 不包含 0, 表明依恋回避到社会适应能力的直接路径显著。模型的间接路径在 95% 置信区间内(-0.16~-0.03), 不包含 0, 表明核心自我评价的中介效应显著。因直接效应也显著, 所以核心自我评价在此模型中起到部分中介作用。如图 2 所示, 依恋回避到社会适应的路径系数为-0.18, $p < 0.01$ 。依恋回避负向预测社会适应能力, 依恋回避得分越高, 社会适应能力越低。依恋回避到核心自我评价的路径系数是-0.19, $p < 0.01$, 表明依恋回避负向预测核心自我评价, 依恋回避得分越高, 核心自我评价越低。核心自我评价到社会适应能力的路径系数为 0.45, $p < 0.001$ 。表明核心自我评价正向预测社会适应能力, 核心自我评价越高, 社会适应能力越高。核心自我评价在依恋回避影响社会适应能力过程中起到部分中介作用, 表明依恋回避会直接影响个体的社会适应能力, 回避得分越高社会适应能力低, 同时也会通过影响个体的核心自我评价来影响个体的社会适应能力。

为验证核心自我评价是否在依恋焦虑影响社会适应过程中存在中介效应, 同样将所有的连续变量进行标准化, 采用 bootstrap 中介效应检验方法, 样本量选择 5000, 在 95% 置信区间内, 将依恋焦虑作为自变量, 社会适应能力作为因变量, 核心自我评价作为中介变量, 进行了中介效应分析, 结果发现, 模型的 $r^2 = 0.24$ 。具体路径统计结果如表 4 所示。模型的直接路径在 95% 置信区间内(-0.21~0.04), 包含 0, 表明依恋焦虑到社会适应能力的直接路径不显著。模型的间接路径在 95% 置信区间内(-0.25~-0.10), 不包含 0, 间接效应显著, 表明核心自我评价的中介效应显著, 因依恋焦虑到社会适应能力的直接效应不显著, 所以核心自我评价在此模型中起到完全中介作用。如图 2 所示, 依恋焦虑到社会适应的路径系数为-0.08, $p = 0.194$, 表明依恋焦虑对社会适应能力无显著作用。依恋焦虑到核心自我评价的路径系数是-0.37, $p < 0.001$, 表明依恋焦虑负向预测核心自我评价, 依恋焦虑得分越高, 核心自我评价越低。核心自我评价到社会适应能力的路径系数为 0.46, $p < 0.001$ 。表明核心自我评价正向预测社会适应能力, 核心自我评价越高, 社会适应能力越高。核心自我评价在依恋焦虑影响社会适应能力过程中起到完全中介作用, 表明依恋焦虑可以通过降低个体的核心自我评价来对个体的社会适应能力产生影响。

Table 3. The mediating role of core self-evaluation in the process of attachment avoidance influencing the social adaptation
表 3. 依恋回避影响社会适应能力过程中核心自我评价的中介作用

路径	效应值	BootSE	BootLLCI	BootULCI	<i>p</i>	效应值占比
总体路径	-0.27	0.07	-0.40	-0.13	0.001	
直接路径	-0.18	0.06	-0.30	-0.06	0.003	0.67
间接路径	-0.09	0.04	-0.16	-0.03		0.33

Table 4. The mediating role of core self-evaluation in the process of attachment anxiety influencing the social adaptation
表 4. 依恋焦虑影响社会适应能力过程中核心自我评价的中介作用

路径	效应值	BootSE	BootLLCI	BootULCI	<i>p</i>	效应值占比
总体路径	-0.25	0.07	-0.38	-0.12	0.002	
直接路径	-0.08	0.06	-0.21	-0.04	0.197	0.32
间接路径	-0.17	0.04	-0.25	-0.10		0.68

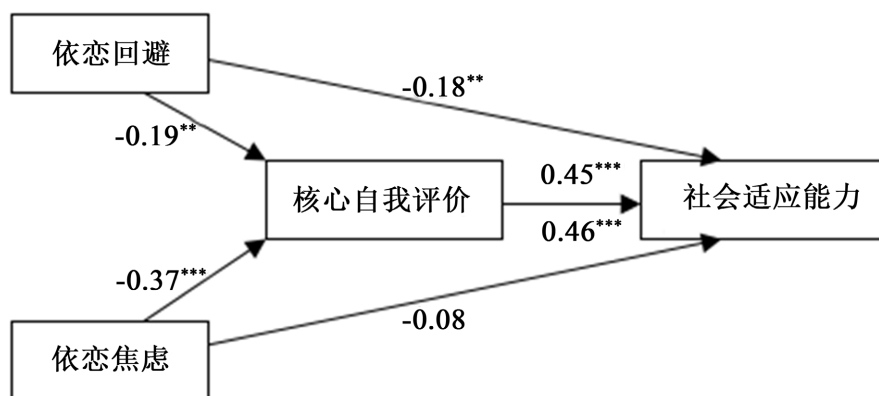


Figure 2. The mediating role of core self-evaluation
图 2. 核心自我评价的中介作用

4. 讨论

4.1. 依恋类型、核心自我评价与社会适应能力

通过结果分析发现, 参与调查的大学生中社会适应能力较低人数占 59%, 表明大学生群体中存在多数人社会适应能力较差的现象。在本研究中安全型依恋大学生人数占比较少, 非安全依恋类型的大学生占大多数。根据中介模型结果, 依恋回避和依恋焦虑会直接或间接的影响人的社会适应能力, 即回避和焦虑得分高的非安全依恋类型大学生的社会适应能力较低。根据依恋相关研究, 安全依恋个体在亲密关系中感到舒适, 他们并不会担心别人拒绝他们; 焦虑型依恋通常会过度的寻求亲密关系, 同时也会不断地担心自己被拒绝和抛弃; 回避型依恋一般对亲密关系感到不舒服, 对于回避型的人来说依赖他人很困难; 而恐惧型依恋则是一种即渴望亲密关系, 又不能完全依赖别人, 也害怕被抛弃的矛盾状态(Fraley & Roisman, 2019; Pietromonaco & Barrett, 2000)。这种对人际关系的不同态度导致不同依恋类型在适应社会时有不同的处理方式, Bowlby 提出安全依恋个体更有自信并且更容易亲近和信赖他人, 适应能力更好, 非安全依恋则相反(戴晓天, 2012; 谢安娜, 杨蕴萍, 2015)。因此在此研究中可能由于非安全依恋大学生的人数多导致了社会适应能力低的人数占比较多的结果。

中介模型结果显示, 核心自我评价对社会适应能力有显著的正向预测作用。个体的核心自我评价高说明个体对自己的自尊和一般自我效能感都有较高的评价, 这种特点能使个体更好地适应社会(王眉眉, 王丽, 2013)。通过模型结果可以看出依恋回避和依恋焦虑都对核心自我评价有负向预测作用, 回避和焦虑维度得分越高核心自我评价越低, 此结果与已有研究相同。Bowlby 在依恋理论中提出, 高依恋焦虑和高依恋回避个体的自我模型和他人模型都比较消极, 难以建立积极正向的核心自我评级。同时也较难和他人建立良好的人际关系, 即使建立了关系也难以维系(朱伟, 陈国法, 王催春, 吴小翠, 2012)。

4.2. 依恋回避、社会适应能力和核心自我评价的中介作用

依恋回避影响社会适应能力的中介模型中, 直接路径显著, 即依恋回避会直接影响个体的社会适应能力。依恋回避得分越高的个体在社会交往中越倾向于回避和忽视他人(Fraley & Shaver, 1997), 这种特征导致回避型依恋个体在社会交往中处于被动位置, 容易产生社会适应不良。同时研究中的中介效应显著, 即依恋回避不仅会直接影响人的社会适应能力, 而且会通过影响人的核心自我评价来影响其社会适应能力。依恋回避可以根据在焦虑维度上的得分高低分为恐惧型回避和冷漠型回避(Bartholomew & Horowitz, 1991)。冷漠型回避的焦虑维度得分低, 这类个体的自我工作模型一般是积极的, 因此核心自我评价比焦虑型依恋个体的高。而恐惧型回避依恋的回避和焦虑维度得分都高, 所以恐惧型依恋个体同时具有回避型和焦虑型依恋的特征。高焦虑个体的自我模型一般是消极的, 认为自己不值得被爱, 对自己缺乏信心, 这种特点会导致个体的核心自我评价降低。因此恐惧型依恋的高焦虑性特征会通过降低个体核心自我评价来影响个体的社会适应能力。在本研究结果中, 依恋回避影响社会适应能力过程中, 核心自我评价起部分中介的结果可能也是受其影响。

4.3. 依恋焦虑、社会适应能力和核心自我评价的中介作用

依恋焦虑影响社会适应能力的中介模型中, 依恋焦虑对社会适应能力的直接路径不显著, 即依恋焦虑对社会适应能力无直接影响。而核心自我评价在此模型中起完全中介作用, 依恋焦虑对核心自我评价有着显著的负向预测作用, 即依恋焦虑得分越高核心自我评价越低。这符合焦虑型依恋个体的消极自我、积极他人的内部工作模型特征。由于焦虑型依恋个体对他人持有积极评价, 所以在社会交往中面对他人时这类个体能比回避型依恋的人更主动。但是对自己的消极评价导致焦虑型依恋者在社会交往中缺乏自信心, 同时怕他人拒绝和抛弃的特点导致其不断地讨好他人, 过度地寻求亲密, 以保证内心的安全感。

在发生人际冲突时会过度的表达情绪, 容易感到焦虑和冲动, 情绪容易起伏(刘颖, 翟晶, 陈旭, 2016; Collins & Read, 1990), 这种方式有时候可能会适得其反, 对于自己的消极评价和不断要求获得他人认可与关心的心理特征会使焦虑型个体产生社会适应不良问题。这符合研究中的核心自我评价起完全中介作用这一结果。

4.4. 研究启示与展望

多项研究已表明安全型依恋个体在主观幸福感、生活满意度、心理健康水平、情绪稳定性、情绪调节和表达、学校适应性等诸多因素上都好于非安全型依恋个体(李彩娜, 刘黄凤, 2012; 李婧, 2020, 李同归等, 2008; 宋小岩, 2021; 姚馨怡, 赵永萍, 2021; Mikulincer & Shaver, 2005)。本研究结果同样表明安全型依恋类型的社会适应能力和核心自我评价的得分最高。Kobak 和 Sceery 针对大学新生的互评研究表明, 安全型依恋大学生跟他们的非安全型依恋的同学相较, 能更好的适应社会, 更有个人魅力、乐观自信且更受人喜欢; 对回避型依恋大学生的评价为敌意和防御性强; 焦虑型大学生则是被描述为自我意识更强且在人际关系中倾向于全身心投入(Kobak & Sceery, 1988)。在生活中, 安全型依恋个体很少退缩或逃避社会交往, 能够泰然自若的面对他人。而非安全型依恋个体在社会交往中容易出现一些非适应性的应对方式, 如人际交往中较警惕敏感, 易退缩和紧张拘束。Hazan 和 Shaver (1987) 发现, 焦虑型个体所感受到的孤独感比安全型和回避型个体的更强, 他们也更喜欢强调自己是孤独的, 并且不断寻求他人的陪伴。同时这类个体虽然对自己抱有消极的内部表征, 但对他人持有积极表征, 所以更愿意去主动靠近他人, 从对方身上寻求安全感。而冷漠型依恋个体则是与他人保持距离, 可理解为这类个体是主动选择孤独, 所以并不会因为孤独而感到焦虑或者责备自己。这类个体虽然对他人持有消极的内部表征, 但对自己具有积极表征, 因此在社会交往中是相对自信的, 只是可能会对他人较冷漠, 但不会太受他人的影响。这两类在社会关系中一类是主动寻求社交关系, 另一类是主动远离社交关系, 因此产生社会适应不良的可能性虽然比安全型依恋型高但比恐惧型依恋型要低。恐惧型依恋个体是在社会交往过程中最吃力的一类, 他们对自我和他人均持有消极的内部表征, 因此在社会交往中无法应对自如, 不太主动与他人交往, 同时又害怕他人的拒绝和远离(Bartholomew & Horowitz, 1991; Pietromonaco & Barrett, 1997)。在这种进退两难的矛盾心态下, 最容易出现适应不良问题。本研究结果表明, 成人依恋类型可以核心自我评价作为中介来影响个体的社会适应能力。相对于较为稳定的依恋类型, 核心自我评价可能更容易训练和改变, 因此可以通过提高非安全型依恋类型个体的核心自我评价的方式来提高其社会适应能力不失为一种方法。往后的研究中可以尝试通过干预、训练等方式提高非安全型依恋个体的核心自我评价, 来提高其社会适应能力。

同时, 也有研究指出, 已形成的依恋类型和内部工作模型虽然是比较稳定的心理特征, 但也可以通过安全型依恋启动等干预方式, 修正非安全型依恋类型的内部工作模型(贾成龙, 孙莉, 冯伯乐, 秦金亮, 2020; 刘梓仪, 2019; 龙文霜, 王艳, 陈旭, 2019; Carnelley, Bejinaru, Otway, Baldwin, & Rowe, 2018; Karreman, Vingerhoets, & Bekker, 2018)。因此未来研究中可以尝试采用质性研究或追踪研究等方法来探索如何通过安全型依恋启动、亲密关系回忆法等方式产生一种长期的效果, 真正起到转变非安全型依恋类型的内部工作模型的作用, 从而提高其综合心理素质和预防心理问题。

家庭教育环境、儿童与父母的关系经历是个体能否形成安全型依恋的决定因素(鲍尔比, 2017; Bretherton, 1985; Barlow, Anja, Juffer, & Bakermans-Kranenburg, 2014)。在抚养孩子成长的过程中, 父母与孩子的相互影响, 能否与孩子建立良好的亲子关系为一个人的成长轨迹指定了大致方向。如果父母对孩子的需求给予敏感及时且可靠的反应, 孩子会认为自己是值得被爱和照顾的, 他人是可靠的, 能够使其形成安全型依恋。而父母对孩子给予前后不一致、不可靠的或者是拒绝反应的话孩子会觉得自己不值得被

爱和照顾,他人是不可靠的,可能使其形成非安全依恋(Cassidy, 2000)。目前大学生、青少年当中产生心理问题的现象越来越常见,如果究其根源,大部分都和原生家庭有着不可忽视的关联,原生家庭这一词也是最近最为热门的话题之一。大部分家长都会根据自己所被抚养的方式抚养孩子,而随着时代的发展,儿童所能接触到的资源和信息已经远远超过了上一辈的人们,所以儿童的身心也加速发展,家长们面临的挑战也比以往多得多。因此家长们需要跟上孩子发展的脚步,在教育方式上应当有所审视和改变。同时,学者们通过理论和实践的方式,为家长们提供家庭教育方法上的指导可能是目前需要关注的一个问题。

除了以上启示外本研究也存在一些需要改善的问题。首先,本研究的样本量少,无法概括全体样本。并且因为是横断面研究所以无法得出因果结论;其次,研究方法较为单一简单,研究的生态效度需要进一步考证;再者,研究中没有对核心自我评价和社会适应能力的各维度进行分析,在未来研究中需要进一步分析。最后,冷漠型回避和恐惧型回避两种不同的回避依恋有各自的特征,在未来研究中将这两种类型细分后进行后续分析能更好的解释不同依恋类型所导致的差异。

5. 结论

1) 不同成人依恋类型大学生的社会适应能力、核心自我评价存在显著差异;安全型依恋大学生的核心自我评价得分和社会适应能力得分比非安全依恋类型大学生的高。

2) 核心自我评价在依恋回避与社会适应能力之间起部分中介作用,在依恋焦虑与社会适应能力之间起完全中介作用。

参考文献

- 戴晓天(2012). 大学新生适应性 with 成人依恋的关系. *社会心理科学*, 27(6), 76-81.
- 董鹏美, 周荔莉(2015). 社会适应能力评价维度. *中国健康心理学杂志*, 23(7), 1110-1114.
- 杜建政, 张翔, 赵燕(2012). 核心自我评价的结构验证及其量表修订. *心理研究*, 5(3), 54-60.
- 段春媛, 马小亮(2008). 依恋理论对调节大学生负性情绪的启示. *四川教育学院学报*, 24(9), 18.
- 方晓义, 戴丽琼, 房超, 邓林园(2006). 亲子沟通问题与青少年社会适应的关系. *心理发展与教育*, 22(3), 47-52.
- 方晓义, 沃建中, 蔺秀秀(2005). 《中国大学生适应量表》的编制. *心理与行为研究*, 3(2), 95-101.
- 高云山, 张丽娜, 马晓玲, 魏寒冰, 白雪燕(2015). 大学生社会适应能力研究综述. *学校党建与思想教育*, (9), 79-81.
- 贾成龙, 孙莉, 冯伯乐, 秦金亮(2020). 依恋启动及其效应. *心理科学进展*, 28(9), 1539-1550.
- 李彩娜, 刘黄凤(2012). 依恋与大学生人际适应——个人自主的中介作用. *心理科学*, 35(6), 1366-1370.
- 李婧(2020). *不同依恋类型个体在社会排斥后自动化情绪调节的差异*. 硕士学位论文, 兰州: 西北师范大学.
- 李同归, 加藤和生(2006). 成人依恋的测量: 亲密关系经历量表中文版. *心理学报*, 38(3), 399-406.
- 李同归, 李嘉, 秦和平, 郭晓飞, 王新暖, 刘志平(2008). 大学生依恋类型对心理健康的影响. *中国心理卫生杂志*, 22(10), 740-743.
- 李韵, 张璟, 胡竹菁, 周双珠(2019). 成人依恋对大学生恋爱满意度的影响: 领悟社会支持与自尊的中介作用. *心理研究*, 12(6), 570-576.
- 梁娟(2015). *大学生成人依恋、核心自我评价和婚姻期待的关系研究*. 硕士学位论文, 福州: 福建师范大学.
- 刘颖, 翟晶, 陈旭(2016). 不同依恋风格者情绪调节策略的认知神经特点. *心理科学*, 39(1), 109-115.
- 刘梓仪(2019). *亲密关系启动对依恋内部工作模型的影响*. 硕士学位论文, 漳州: 闽南师范大学.
- 龙文霜, 王艳, 陈旭(2019). 修正回避个体的内部工作模型, 伴侣提升依恋安全感. *中国临床心理学杂志*, 27(3), 617-622.
- 宋小岩(2021). 依恋类型对大学生心理健康影响的研究综述. *锦州医科大学学报(社会科学版)*, 19(4), 53-55.
- 王眉眉, 王丽(2013). 大学生核心自我评价、应对方式与社会适应的关系. *中国健康心理学杂志*, 21(5), 774-776.

- 温忠麟, 叶宝娟(2014). 中介效应分析: 方法和模型发展. *心理科学进展*, 22(5), 5-19.
- 谢安娜, 杨蕴萍(2015). 大学新生学校适应与成人依恋的关系. *中国临床心理学杂志*, 23(2), 339-342.
- 杨红君, 高明, 李国强, 龚跃华, 胡小兰, 文小辉(2013). 大学生学习倦怠与成人依恋的关系——自我模型的作用. *中国临床心理学杂志*, 21(5), 829-831.
- 姚馨怡, 赵永萍(2021). 大学生成人依恋与手机依赖的关系: 情绪表达的中介作用. *心理技术与应用*, 9(9), 522-529.
- 约翰·鲍尔比(2017). *依恋三部曲第一卷*汪智艳, 王婷婷, 译). 世界图书出版有限公司.
- 张和云, 赵欢欢, 杨文娇(2011). 高三学生社会适应能力的影响因素及其关系分析. *中国健康心理学杂志*, 19(5), 570-572.
- 郑日昌(1999). *大学生心理诊断*. 山东教育出版社.
- 朱伟, 陈国法, 王催春, 吴小翠(2012). 大学生依恋、核心自我评价与主观幸福感的关系. *现代预防医学*, 39(23), 6204-6209.
- Ainsworth, M., & Bell, S. M. (1970). Attachment, Exploration, and Separation: Illustrated by the Behavior of One-Year-Olds in a Strange Situation. *Child Development*, 41, 49-67. <https://doi.org/10.2307/1127388>
- Barlow, J., Anja, V., Juffer, F., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2014). Sensitive Parenting Is the Foundation for Secure Attachment Relationships and Positive Social-Emotional Development of Children. *Journal of Children's Services*, 9, 165-176. <https://doi.org/10.1108/JCS-12-2013-0038>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality & Social Psychology*, 61, 226-244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bretherton, I. (1985). Attachment Theory: Retrospect and Prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50, 3-35. <https://doi.org/10.2307/3333824>
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (2008). Chapter 5. Internal Working Model in Attachment Relationships. In *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Application* (pp. 102-127). Guilford Press.
- Carnelley, K. B., Bejinaru, M. M., Otway, L., Baldwin, D. S., & Rowe, A. C. (2018). Effects of Repeated Attachment Security Priming in Outpatients with Primary Depressive Disorders. *Journal of Affective Disorders*, 234, 201-206. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.02.040>
- Cassidy, J. (2000). Adult Romantic Attachments: A Developmental Perspective on Individual Differences. *Review of General Psychology*, 4, 111-131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.111>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Fraley, R. C., & Roisman, G. I. (2019). The Development of Adult Attachment Styles: Four Lessons. *Current Opinion in Psychology*, 25, 26-30. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.008>
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult Attachment and the Suppression of Unwanted Thoughts. *Journal of Personality & Social Psychology*, 73, 1080-1091. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.5.1080>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Johnson, R. E., Rosen, C. C., & Levy, P. E. (2008). Getting to the Core of Core Self-Evaluation: A Review and Recommendations. *Journal of Organizational Behavior*, 29, 391-413. <https://doi.org/10.1002/job.514>
- Karreman, A., Vingerhoets, A. J. J. M., & Bekker, M. H. J. (2018). Attachment Styles and Secure Base Priming in Relation to Emotional Reactivity after Frustration Induction. *Cognition & Emotion*, 33, 428-441. <https://doi.org/10.1080/02699931.2018.1458704>
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in Late Adolescence: Working Models, Affect Regulation, and Representations of Self and Others. *Child Development*, 59, 135-146. <https://doi.org/10.2307/1130395>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment Theory and Emotions in Close Relationships: Exploring the Attachment-Related Dynamics of Emotional Reactions to Relational Events. *Personal Relationships*, 12, 149-168. <https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00108.x>
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (1997). Working Models of Attachment and Daily Social Interactions. *Journal of Personality & Social Psychology*, 73, 1409-1423. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.6.1409>
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The Internal Working Models Concept: What Do We Really Know about the Self in Relation to Others? *Review of General Psychology*, 4, 155-175. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.155>