

大学生成人依恋、完美主义与特质焦虑的关系研究

李竺穗

贵州中医药大学, 贵州 贵阳

收稿日期: 2022年6月26日; 录用日期: 2022年8月10日; 发布日期: 2022年8月18日

摘要

目的: 探讨大学生成人依恋、完美主义与特质焦虑三者间的关系。方法: 采用亲密关系体验问卷修订版(ECR)、多维完美主义量表(CFMPS)、特质焦虑量表对大学生进行检测。结果: 1) 大学生成人依恋、完美主义与特质焦虑在人口学变量上没有差异。2) 大学生成人依恋、完美主义和特质焦虑相互间有显著相关。3) 大学生成人依恋、完美主义对特质焦虑有预测作用, 其中完美主义的条理性、行动疑虑、担心错误三个因子在大学生成人依恋与特质焦虑之间起中介作用。

关键词

大学生, 成人依恋, 完美主义, 特质焦虑

A Study on the Relationship between Adult Attachment, Perfectionism and Trait Anxiety among College Students

Zhusui Li

Guizhou University of Traditional Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: Jun. 26th, 2022; accepted: Aug. 10th, 2022; published: Aug. 18th, 2022

Abstract

Objective: To explore the relationship between adult attachment, perfectionism and trait anxiety among college students. **Methods:** College students were tested using the Experience of Close Relationships Questionnaire Revised (ECR), the Multidimensional Perfectionism Scale (CFMPS), and the

Trait Anxiety Scale. Results: 1) Adult attachment, perfectionism, and trait anxiety among college students did not differ in terms of demographic variables. 2) Adult attachment, perfectionism, and trait anxiety among college students were significantly correlated with each other. 3) Adult attachment, perfectionism and trait anxiety were predicted by college students, and the three factors of perfectionism: organization, action doubt and fear of mistakes mediated the relationship between adult attachment and trait anxiety.

Keywords

College Students, Adult Attachment, Perfectionism, Trait Anxiety

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

成人依恋理论来源于依恋理论，依恋理论出现在发展心理学中的历史并不久远，最早要追溯到 Bowlby 在二战时期对儿童的观察，而正式提出依恋这一概念应该是始于 Bowlby 在六十年代所著的《依恋与丧失卷：I 依恋》中，当时 Bowlby 整合了精神分析、儿童对母亲依恋的机制以及最初几年母婴依恋关系的发展做了详细的阐述。而后，Berman 等人在研究中发现成人爱情中的亲密关系与亲子依恋中的内部模式有大的相似性[1]，并由此在 1987 年发表一篇《浪漫的爱情可以看成是一种依恋过程》的论文，在文中明确提出了成人依恋这个观点，继而开始了成人依恋研究的开端。依恋形成于儿童早期，在发展心理学中，依恋是指个体与主要抚养者(通常是母亲)之间的最初的特质性联结，也是情感特质化的重要标志。Berman 和 Sperling 在 1994 年则对成人依恋做了如下定义：成人依恋是个体的一种稳定的倾向，去靠近他主观认为能提供使其生理满足、心理安全的特定对象，维持和寻求接近的实质努力，而这种稳定的倾向是由依恋内部工作模式所调节，所有这些都是基于个人在人际世界中的认知 - 情感 - 动机模式[2]。由上述两个定义我们不难看出个体在童年时期表现出的依恋倾向可能影响其人格特质焦虑的形成，这也是本研究把成人依恋与特质焦虑放在一起研究的理论依据。

完美主义是一种行为方式，是一种心里感知，是一种人格特质，表现为对自己及他人的要求要超越普通的标准，凡事力求完美，在达不到这个标准时所产生的的一种差异感。完美主义属于心理健康素质的人格因素，是对“苛刻的要求”和“表现为现实情境中要比自己或他人有更高的工作质量”[3]。完美主义者的特征，如对自己的高期待，对于错误的过度关注，对别人的批评有极大恐惧，过分的关注和过分批评自己的行为[4] [5]，往往在对在事情上表现出过度焦虑紧张。Frost 等提出多维完美主义观点[6]，他们认为完美主义是复杂的，多维度的心理现象表现为：个人标准(PS)、怀疑行动(DA)、关注错误(CM)、整洁(O)、父母期望(PE)。有研究发现消极完美主义的大学生的依恋焦虑程度更高，这类大学生容易过度关注错误，怀疑自己的能力，对父母的期望目标和批评都存在一些负面的认知，导致他们更容易产生依恋焦虑状态[7]。

特质焦虑是相对稳定、作为一种人格特质且具有个体差异的焦虑，是一种习得的行为倾向。研究表明，特质焦虑水平高的个人更多采用回避型策略，而特质水平低的人则更多的使用解决问题的策略[8]。以往的研究证明了高依恋焦虑和高依恋回避的个体缺乏自尊和安全感，从而影响其焦虑水平[9]。很多研究从不同焦虑状态和内在机制两方面探讨了焦虑与依恋的相关关系。首先，Spielberger 等人根据焦虑的

持久性和稳定性，分为状态焦虑和特质焦虑。状态焦虑是特定情境中短暂的情绪反应，而特质焦虑倾向于稳定持久的焦虑心境，是有别个体的。已有研究主要关注学科焦虑、考试焦虑等状态焦虑对学生日常生活的影响，而特质焦虑作为长期存在的焦虑倾向对学生的日常学习影响更为持久，这种稳定的情绪状态影响着学生行为的方方面面，可以改变其日常活动的内在动力，进而影响心理发展。研究表明，焦虑与个人完成目标的程度有关，高特质焦虑的人越容易高度关注任务失败的结果，完美主义的怀疑行动和条例组织化两个维度可以用来预测状态焦虑和特质焦虑[10]。

综上所述，国内外多数关注于成人依恋、完美主义和成人依恋两两间的研究，而把三者放在一起讨论的较少，三者间的关系不明确，本文即为讨论三者间的关系展开研究。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

采用问卷调查的方法，从各高校大学生随机选取大学本科生进行调查，调查年龄在 18~22 岁之间，回收 76 份，剔除无效问卷 2 份，共获得有效问卷 74 份，占问卷回收率的 97.3%。

2.2. 研究工具

采用亲密关系问卷修订版(ECR)、特征焦虑量表(T-AI)、多维完美主义量表(CFMPS)等三份问卷。

2.2.1. 亲密关系量表(Experiences in Close Relationship ECR)

ECR 量表始于 Brennan 等人解决成人依恋的测量问题而进行的深入研究，他们在广泛调查后尝试编制了一个标准的成人依恋量表，用以测量成人依恋。亲密关系体验问卷修订版(ECR)共 36 项目，以 1~7 级评分，分的高低代表着程度的不同。整个量表分依恋焦虑和依恋回避两个维度，依恋回避指在亲密关系中过分亲密会感到不适应，如“当朋友/恋人开始要跟我亲近时，我发现我在退缩”、“我发现让我依赖朋友/恋人是一件困难的事情”等。依恋焦虑指担心被抛弃，如“我担心我会被恋人抛弃”“我很担心我和恋人/朋友的关系”等。量表曾被诸多研究使用，信效度良好，实际使用时内部一致性信度为 0.781，分半信度为 0.707。读取第一公因子的方差解释百分比，一般只要第一个公因子的方差解释百分比小于 40%，就可以认为不存在严重的共同方法偏差。如图所示，此量表提取了 15 个公因子，第一个公因子的方差解释百分比为 9.951%，小于 40%，可以认为不存在严重的共同方法偏差。

2.2.2. 中文 Frost 多维完美主义量表(CFMPS)

MPS-F 中文版 CFMPS 来自于香港 Cheng 翻译的 Frost 多维完美主义问卷英文版，后经过大陆的訾非和周旭根据大陆的语言习惯进行修改而来。其包括 5 个分量表：担心出错、行动的疑虑、组织性、个人标准和父母期望。总计 27 个项目，采用 5 点计分，得分越高说明对自己相应的标准上有更好的期待，这个问卷没有反向记分题，总分及各维度分为条目分之和[11]。根据訾非和周旭的相关研究表明条理性为积极完美主义，而其他四个维度为消极完美主义。量表被广泛使用，信效度良好，实际中使用的内部一致性信度为 0.829，分半信度为 0.791。此量表提取了 9 个公因子，第一个公因子的方差解释百分比为 20.817%，小于 40%，可以认为不存在严重的共同方法偏差。

2.2.3. 特质焦虑量表(T-AI)

状态-特质焦虑问卷(STAI)是由 Spielberger 编制修订，其中特质焦虑分量表用于评定人们经常的情绪体验，该分量表共 20 个项目；采用 4 点计分，“1”代表几乎没有，“4”代表几乎总是如此，凡正性情绪项目均为反向计分。计算该量表总分得分越高代表特质焦虑程度越高。本研究中该量表的克隆巴赫

α 系数为 0.81。此量表提取了 5 个公因子，第一个公因子的方差解释百分比为 29.9%，小于 40%，可以认为不存在严重的共同方法偏差。

2.3. 数据处理及统计

首先，通过问卷星下载详细收集数据，其次本研究采用 SPSS25.0 中文版统计在电脑上对收集来的数据进行统计分析，主要涉及到数据的独立样本 t 检验、方差分析、相关分析、逐步回归分析、分层回归分析、中介效应分析等统计方法。

3. 研究结果

3.1. 成人依恋、完美主义和特质焦虑在人口学统计学变量和基本情况变量上的差异性检验

Table 1. Tests for differences in each continuous variable on gender

表 1. 各连续变量在性别上的差异性检验

	性别(平均值 \pm 标准差)		t	p
	1.0 (n = 24)	2.0 (n = 50)		
行动疑虑	2.31 \pm 0.44	2.31 \pm 0.33	-0.028	0.978
条理性	2.40 \pm 0.52	2.57 \pm 0.39	-1.644	0.105
担心错误	2.31 \pm 0.55	2.34 \pm 0.40	-0.272	0.787
父母期望	3.27 \pm 0.93	3.24 \pm 0.85	0.142	0.887
个人标准	3.08 \pm 0.88	3.14 \pm 0.70	-0.282	0.779
ECR 回避	2.44 \pm 0.37	2.45 \pm 0.29	-0.114	0.91
ECR 焦虑	2.48 \pm 0.41	2.53 \pm 0.30	-0.669	0.506
特质焦虑	2.47 \pm 0.47	2.52 \pm 0.33	-0.571	0.57

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

Table 2. Analysis of variance for each continuous variable on the one-child variable

表 2. 各连续变量在独生子女变量上的差异分析

	是否独生子女(平均值 \pm 标准差)		t	p
	1.0 (n = 32)	2.0 (n = 42)		
行动疑虑	2.26 \pm 0.28	2.36 \pm 0.41	-1.229	0.223
条理性	2.46 \pm 0.38	2.56 \pm 0.48	-0.98	0.33
担心错误	2.30 \pm 0.30	2.36 \pm 0.55	-0.553	0.582
父母期望	3.09 \pm 0.94	3.38 \pm 0.80	-1.391	0.169
个人标准	3.01 \pm 0.72	3.20 \pm 0.78	-1.082	0.283
ECR 回避	2.43 \pm 0.23	2.46 \pm 0.37	-0.398	0.692
ECR 焦虑	2.48 \pm 0.27	2.54 \pm 0.38	-0.831	0.409
特质焦虑	2.48 \pm 0.28	2.52 \pm 0.45	-0.464	0.644

注: * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ 。

Table 3. Analysis of differences in each continuous variable at grade level**表 3.** 各连续变量在年级上的差异分析

	年级(平均值 ± 标准差)				F	p
	1.0 (n = 13)	2.0 (n = 32)	3.0 (n = 27)	4.0 (n = 2)		
行动疑虑	2.40 ± 0.33	2.30 ± 0.31	2.31 ± 0.45	2.13 ± 0.18	0.464	0.709
条理性	2.67 ± 0.37	2.50 ± 0.41	2.47 ± 0.49	2.42 ± 0.82	0.649	0.586
担心错误	2.44 ± 0.39	2.38 ± 0.43	2.27 ± 0.51	1.92 ± 0.12	1.077	0.365
父母期望	3.18 ± 0.58	3.43 ± 0.88	3.08 ± 0.97	3.20 ± 0.85	0.819	0.488
个人标准	2.79 ± 0.54	3.22 ± 0.72	3.15 ± 0.87	3.17 ± 0.94	1.003	0.397
ECR 回避	2.52 ± 0.27	2.47 ± 0.27	2.40 ± 0.39	2.28 ± 0.08	0.685	0.564
ECR 焦虑	2.68 ± 0.34	2.49 ± 0.27	2.48 ± 0.41	2.33 ± 0.08	1.329	0.272
特质焦虑	2.73 ± 0.34	2.50 ± 0.29	2.43 ± 0.46	2.17 ± 0.11	2.567	0.061

注: * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ 。

表 1、表 2、表 3 显示: 不同人口学变量在行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准、ECR 回避、ECR 焦虑、特质焦虑全部均不会表现出显著性($p > 0.05$), 意味着不同人口学变量在行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准、ECR 回避、ECR 焦虑、特质焦虑全部均表现出一致性, 并没有差异性。

3.2. 成人依恋、完美主义和特质焦虑三者关系研究

利用相关分析去研究行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准分别和 ECR 回避, ECR 焦虑之间的相关关系, 使用 Pearson 相关系数去表示相关关系的强弱情况。

3.2.1. 成人依恋与完美主义的相关分析

Table 4. Results of analysis related to adult attachment and perfectionism**表 4.** 成人依恋与完美主义相关分析结果

		行动疑虑	条理性	担心错误	父母期望	个人标准
ECR 回避	皮尔逊相关性	0.649**	0.402**	0.658**	0.457**	0.275*
	显著性(双尾)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.018
ECR 焦虑	皮尔逊相关性	0.652**	0.521**	0.671**	0.491**	0.358**
	显著性(双尾)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.002

** . 在 0.01 级别(双尾), 相关性显著。* . 在 0.05 级别(双尾), 相关性显著。

表 4 显示, 成人依恋中的 ECR 焦虑与完美主义的行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准呈显著性正相关, 成人依恋中的 ECR 回避与完美主义的行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准呈显著性正相关, 说明成人依恋中高焦虑高回避特征的个体很可能也有较高的完美主义得分。

3.2.2. 成人依恋与特质焦虑的相关研究

表 5 显示, ECR 回避和特质焦虑之间有着显著的正相关关系($r = 0.793, p < 0.01$)。ECR 焦虑和特质焦虑之间有着显著的正相关关系($r = 0.799, p < 0.01$)。

Table 5. Results of the correlation analysis between attachment and trait anxiety in adults
表 5. 成人依恋与特质焦虑的相关分析结果

		特质焦虑
ECR 回避	皮尔逊相关性	0.793**
	显著性(双尾)	0.000
ECR 焦虑	皮尔逊相关性	0.799**
	显著性(双尾)	0.000

** . 在 0.01 级别(双尾), 相关性显著。

3.2.3. 完美主义与特质焦虑的相关研究

Table 6. Results of the correlation analysis between perfectionism and trait anxiety
表 6. 完美主义与特质焦虑的相关分析结果

		行动疑虑	条理性	担心错误	父母期望	个人标准
特质焦虑	皮尔逊相关性	0.749**	0.598**	0.760**	0.464**	0.272*
	显著性(双尾)	0.000	0.000	0.000	0.000	0.019

** . 在 0.01 级别(双尾), 相关性显著。* . 在 0.05 级别(双尾), 相关性显著。

表 6 显示, 特质焦虑和行动疑虑之间存在显著的正相关关系($r = 0.794, p < 0.01$)。特质焦虑和条理性之间存在显著的正相关关系($r = 0.598, p < 0.01$)。特质焦虑和担心错误之间存在显著的正相关关系($r = 0.760, p < 0.01$)。特质焦虑和父母期望之间存在显著的正相关关系($r = 0.464, p < 0.01$)。特质焦虑和个人标准之间存在显著的正相关关系($r = 0.272, p < 0.05$)。

3.3. 大学生成人依恋、完美主义对特质焦虑的回归分析

本研究采用逐步回归分析, 依次将 ECR 回避、ECR 焦虑、行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准与特质焦虑作分析。

Table 7. Summary of regression equation models for the five dimensions of ECR avoidance, ECR anxiety, and perfectionism and trait anxiety

表 7. ECR 回避、ECR 焦虑、完美主义的五个维度与特质焦虑的回归方程模型汇总

模型	R	R ²	调整后 R ²	标准估算的误差
1	0.799 ^a	0.638	0.633	0.23094
2	0.854 ^b	0.729	0.721	0.20117
3	0.873 ^c	0.763	0.753	0.18957
4	0.885 ^d	0.784	0.772	0.18219
5	0.895 ^e	0.801	0.786	0.17621

a. 预测变量: (常量), ECR 焦虑; b. 预测变量: (常量), ECR 焦虑, 担心错误; c. 预测变量: (常量), ECR 焦虑, 担心错误, ECR 回避; d. 预测变量: (常量), ECR 焦虑, 担心错误, ECR 回避, 行动疑虑; e. 预测变量: (常量), ECR 焦虑, 担心错误, ECR 回避, 行动疑虑, 条理性。

表 7 显示, 以 ECR 焦虑、担心错误、ECR 回避、行动疑虑、条理性为自变量, 特质焦虑为因变量进行逐步回归分析, 得到最终 R² 为 0.801, 能解释因变量 80.1% 的变异。

Table 8. Regression model tests for the five dimensions of ECR avoidance, ECR anxiety, and perfectionism and trait anxiety
表 8. ECR 回避、ECR 焦虑、完美主义的五个维度与特质焦虑的回归模型检验

模型		平方和	自由度	均方	F	显著性
1	回归	6.767	1	6.767	126.881	0.000 ^b
	残差	3.840	72	0.053		
	总计	10.607	73			
2	回归	7.733	2	3.867	95.545	0.000 ^c
	残差	2.873	71	0.040		
	总计	10.607	73			
3	回归	8.091	3	2.697	75.048	0.000 ^d
	残差	2.516	70	0.036		
	总计	10.607	73			
4	回归	8.316	4	2.079	62.638	0.000 ^e
	残差	2.290	69	0.033		
	总计	10.607	73			
5	回归	8.495	5	1.699	54.721	0.000 ^f
	残差	2.111	68	0.031		
	总计	10.607	73			

a. 因变量：特质焦虑；b. 预测变量：(常量)，ECR 焦虑；c. 预测变量：(常量)，ECR 焦虑，担心错误；d. 预测变量：(常量)，ECR 焦虑，担心错误，ECR 回避；e. 预测变量：(常量)，ECR 焦虑，担心错误，ECR 回避，行动疑虑；f. 预测变量：(常量)，ECR 焦虑，担心错误，ECR 回避，行动疑虑，条理性。

表 8 显示，回归方程检验中，模型的因变量与各自变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 54.721$, $p < 0.05$)。

Table 9. Coefficients of the five dimensions of ECR avoidance, ECR anxiety, perfectionism and trait anxiety regression equations
表 9. ECR 回避、ECR 焦虑、完美主义的五个维度与特质焦虑回归方程系数

模型		未标准化系数		标准化系数	t	显著性
		B	标准误差	Beta		
1	(常量)	0.244	0.202		1.206	0.232
	ECR 焦虑	0.898	0.080	0.799	11.264	0.000
2	(常量)	0.219	0.176		1.243	0.218
	ECR 焦虑	0.591	0.094	0.526	6.311	0.000
	担心错误	0.342	0.070	0.407	4.887	0.000
3	(常量)	0.003	0.180		0.016	0.987
	ECR 焦虑	0.363	0.114	0.322	3.174	0.002
	担心错误	0.282	0.069	0.336	4.114	0.000
	ECR 回避	0.380	0.120	0.315	3.155	0.002

Continued

	(常量)	-0.090	0.176		-0.512	0.610
4	ECR 焦虑	0.315	0.111	0.280	2.835	0.006
	担心错误	0.196	0.074	0.234	2.666	0.010
	ECR 回避	0.326	0.118	0.271	2.773	0.007
	行动疑虑	0.235	0.090	0.224	2.605	0.011
	(常量)	-0.214	0.178		-1.200	0.234
5	ECR 焦虑	0.250	0.111	0.222	2.254	0.027
	担心错误	0.145	0.074	0.173	1.957	0.054
	ECR 回避	0.367	0.115	0.304	3.187	0.002
	行动疑虑	0.214	0.088	0.204	2.436	0.017
	条理性	0.142	0.059	0.164	2.400	0.019

a. 因变量：特质焦虑。

见表 9，ECR 焦虑、担心错误、ECR 回避、行动疑虑、条理性与特质焦虑一共拟合了 5 个回归方程，ECR 焦虑、担心错误、ECR 回避、行动疑虑、条理性与特质焦虑回归方程系数分别为 0.250、0.145、0.367、0.214、0.142。

3.4. 完美主义作为大学生成人依恋与特质焦虑中介变量分析

由上面统计的结果可以看出完美主义中的行动疑虑、条理性、担心错误三个变量都在以特质焦虑为因变量的回归方程中有显著性，可以肯定这三个因子对特质焦虑有显著影响，然后进一步分析三个变量在成人依恋与特质焦虑间起的中介作用。

中介系统中的中介效应是指变量间的影响关系 ($X \rightarrow Y$) 不是直接的因果链关系而是通过一个或一个以上变量(M)的间接影响产生的，此时我们称 M 为中介变量，而 X 通过 M 对 Y 产生的间接影响称为中介效应。这是本研究理论的基础，具体见图 1。

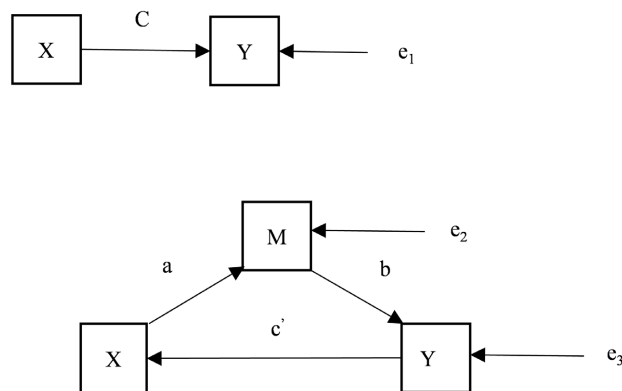


Figure 1. Schematic diagram of the mediating effect model
图 1. 中介效应模型示意图

上述中介效应的检验具体涉及到 3 个回归方程，具体可表示如下：

- 1) $Y = cx + e_1$
- 2) $M = ax + e_2$

$$3) Y = c'x + bM + e_3$$

在这三个回归方程中，如果回归系数 a、b、c、c' 都显著性的话就说明中介效应为不完全中介效应，如果 a、b、c 显著性而 c' 性的话就表示 M 是完全中介效应。结合本文所进行的研究，我们做出假设，成人依恋对特质焦虑有直接影响，通过完美主义作为中介变量对特质焦虑起间接影响。

3.4.1. 检验完美主义中的行动疑虑因子是否为成人依恋和特质焦虑间的中介变量

依次对成人依恋与行动疑虑、成人依恋、行动疑虑和特质焦虑做回归分析，检验行动疑虑是否为成人依恋与特质焦虑的中介变量。

Table 10. Regression equation model with adult attachment as the predictor variable action suspicion as the dependent variable

表 10. 成人依恋为预测变量行动疑虑为因变量回归方程模型

模型	R	R ²	调整后 R ²	标准估算的误差
1	0.686 ^a	0.471	0.464	0.266

a. 预测变量：(常量)，成人依恋。

表 10 显示，在模型 1 中，R² 为 0.471，能解释中介变量 47.1% 的变异。

Table 11. Significance tests for the regression equation of attachment and action doubt in adults

表 11. 成人依恋与行动疑虑回归方程显著性检验

模型	平方和	自由度	均方	F	显著性	
1	回归	4.537	1	4.537	64.103	0.000 ^b
	残差	5.096	72	0.071		
	总计	9.633	73			

a. 因变量：行动疑虑；b. 预测变量：(常量)，成人依恋。

表 11 显示，模型中中介变量与自变量之间的线性关系在总体上是显著的(F = 64.103, p < 0.05)。

Table 12. Regression equation coefficients for adult attachment and action suspicion

表 12. 成人依恋与行动疑虑回归方程系数

模型	未标准化系数		标准化系数	t	显著性
	B	标准误差	Beta		
1	(常量)	0.321	0.251	1.282	0.204
	成人依恋	0.803	0.100	0.686	8.006

a. 因变量：行动疑虑。

表 12 显示，ECR 与特质焦虑回归方程成立，自变量成人依恋的回归系数为 0.693。

Table 13. Summary of regression equation models for adult attachment, action doubt, and trait anxiety

表 13. 成人依恋、行动疑虑与特质焦虑的回归方程模型汇总

模型	R	R ²	调整后 R ²	标准估算的误差
1	0.840 ^a	0.705	0.701	0.208
2	0.873 ^b	0.762	0.755	0.189

a. 预测变量：(常量)，成人依恋；b. 预测变量：(常量)，成人依恋，行动疑虑。

表 13 显示, 在模型 1 中, R^2 为 0.70, 能解释因变量 70.5% 的变异。在模型 2 中, R^2 为 0.762, 说明自变量和中介变量能解释因变量 76.2% 的变异。

Table 14. Significance tests of regression equations for attachment, action suspicion, and trait anxiety in adults
表 14. 成人依恋、行动疑虑与特质焦虑的回归方程显著性检验

模型		平方和	自由度	均方	F	显著性
1	回归	7.483	1	7.483	172.478	0.000 ^b
	残差	3.124	72	0.043		
	总计	10.607	73			
2	回归	8.080	2	4.040	113.550	0.000 ^c
	残差	2.526	71	0.036		
	总计	10.607	73			

a. 因变量: 特质焦虑; b. 预测变量: (常量), 成人依恋; c. 预测变量: (常量), 成人依恋, 行动疑虑。

表 14 显示, 在回归方程模型 1 的检验中, 因变量与自变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 172.478, p < 0.05$)。在回归方程模型 2 的检验中, 自变量、中介变量与因变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 113.550, p < 0.05$)。

Table 15. Summary of regression model coefficients for adult attachment, action suspicion, and trait anxiety
表 15. 成人依恋、行动疑虑与特质焦虑的回归模型系数汇总

模型		未标准化系数		标准化系数	t	显著性
		B	标准误差	Beta		
1	(常量)	-0.056	0.196		-0.284	0.777
	成人依恋	1.031	0.079	0.840	13.133	0.000
2	(常量)	-0.166	0.180		-0.923	0.359
	成人依恋	0.756	0.098	0.616	7.735	0.000
	行动疑虑	0.342	0.084	0.326	4.098	0.000

a. 因变量: 特质焦虑。

表 15 显示, 在模型 2 中, 方程 $y = c'x + bm + e$ 中, b 值为 0.342, 显著性为($p < 0.001$), c' 值 0.756 ($p < 0.001$), 回归方程可表示为 $y = 0.756X + 0.342M + e$ 。

由此可以得出完美主义中的行动疑虑变量为成人依恋与特质焦虑的中介变量并起部分中介效应。

3.4.2. 检验完美主义中的条理性因子是否为成人依恋和特质焦虑间的中介变量

依次对成人依恋与条理性、成人依恋、条理性和特质焦虑做回归分析, 检验条理性是否为成人依恋与特质焦虑的中介变量。

Table 16. Regression equation model with adult attachment as the predictor variable and bar as the dependent variable
表 16. 成人依恋为预测变量条理性为因变量的回归方程模型

模型	R	R^2	调整后 R^2	标准估算的误差
1	0.489 ^a	0.239	0.228	0.386

a. 预测变量: (常量), 成人依恋。

表 16 显示, ECR 对条理性有显著的预测作用, R^2 为 0.239, 能解释中介变量 23.9% 的变异。

Table 17. Significance tests of regression equations for adult attachment and barring
表 17. 成人依恋和条理性的回归方程显著性检验

模型	平方和	自由度	均方	F	显著性	
1	回归	3.375	1	3.375	22.618	0.000 ^b
	残差	10.745	72	0.149		
	总计	14.120	73			

a. 因变量: 条理性; b. 预测变量: (常量), 成人依恋。

表 17 显示, 模中介变量与自变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 22.618, P < 0.05$)。

Table 18. Regression equation coefficients for adult attachment and barring
表 18. 成人依恋和条理性的回归方程系数

模型	未标准化系数		标准化系数	t	显著性
	B	标准误差	Beta		
1	(常量)	0.797	0.364	2.188	0.032
	成人依恋	0.693	0.146	4.756	0.000

a. 因变量: 条理性。

表 18 显示, ECR 与条理性回归方程成立, 回归系数为 0.693。

Table 19. Summary of regression equation models for adult attachment, barring and trait anxiety
表 19. 成人依恋、条理性和特质焦虑的回归方程模型汇总

模型	R	R^2	调整后 R^2	标准估算的误差
1	0.840 ^a	0.705	0.701	0.208
2	0.867 ^b	0.752	0.745	0.193

a. 预测变量: (常量), 成人依恋; b. 预测变量: (常量), 成人依恋, 条理性。

表 19 显示, 在模型 1 中, R^2 为 0.705, 说明自变量可以解释因变量 70.5% 的变异。在模型 2 中, R^2 为 0.752, 说明自变量和中介变量可以解释因变量 75.2% 的变异。

Table 20. Significance tests of regression equation models for adult attachment, baroreality, and trait anxiety
表 20. 成人依恋、条理性和特质焦虑的回归方程模型显著性检验

模型	平方和	自由度	均方	F	显著性	
1	回归	7.483	1	7.483	172.478	0.000 ^b
	残差	3.124	72	0.043		
	总计	10.607	73			
2	回归	7.973	2	3.987	107.485	0.000 ^c
	残差	2.633	71	0.037		
	总计	10.607	73			

a. 因变量: 特质焦虑; b. 预测变量: (常量), 成人依恋; c. 预测变量: (常量), 成人依恋, 条理性。

表 20 显示, 在回归方程模型 1 检验中, 因变量与自变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 172.478, p < 0.05$)。模型 2 检验中, 自变量、中介变量与因变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 107.485, p < 0.05$)。

Table 21. Summary of regression equation coefficients for adult attachment, baroreality, and trait anxiety

表 21. 成人依恋、条理性和特质焦虑的回归方程系数汇总

模型		未标准化系数		标准化系数	t	显著性
		B	标准误差	Beta		
1	(常量)	-0.056	0.196		-0.284	0.777
	成人依恋	1.031	0.079	0.840	13.133	0.000
2	(常量)	-0.226	0.188		-1.206	0.232
	成人依恋	0.883	0.083	0.719	10.613	0.000
	条理性	0.214	0.059	0.246	3.636	0.001

a. 因变量: 特质焦虑。

表 21 显示, 在模型 2 中, 方程 $y = c'x + bm + e$ 中, b 值为 0.214, 显著性($p < 0.05$), c' 值为 0.883, 显著性为 $p < 0.001$, 条理性因子作为成人依恋与特质焦虑的中介变量, 可得到中介回归方程 $y = 0.883X + 0.214M + e$ 。

由此可以得出完美主义中的条理性因子为大学生成人依恋与特质焦虑的中介变量并起部分中介效应。

3.4.3. 检验完美主义的担心错误因子是否为成人依恋和特质焦虑间的中介变量

依次对成人依恋与担心错误、成人依恋、条理性和特质焦虑做回归分析, 检验担心错误是否为成人依恋与特质焦虑的中介变量。

Table 22. Regression equation model with adult attachment as predictor variable worry error as dependent variable

表 22. 成人依恋为预测变量担心错误为因变量的回归方程模型

模型	R	R ²	调整后 R ²	标准估算的误差
1	0.701 ^a	0.492	0.485	0.326

a. 预测变量: (常量), 成人依恋。

表 22 显示, R^2 为 0.492, 能解释中介变量 49.2% 的变异。

Table 23. Significance tests of regression equations for adult attachment and worry errors

表 23. 成人依恋和担心错误的回归方程显著性检验

模型		平方和	自由度	均方	F	显著性
1	回归	7.404	1	7.404	69.670	0.000 ^b
	残差	7.652	72	0.106		
	总计	15.056	73			

a. 因变量: 担心错误; b. 预测变量: (常量), 成人依恋。

表 23 显示, 中介变量与自变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 69.670, p < 0.05$)。

Table 24. Regression equation coefficients for adult attachment and worry errors
表 24. 成人依恋和担心错误的回归方程系数

模型		未标准化系数		标准化系数	t	显著性
		B	标准误差	Beta		
1	(常量)	-0.212	0.307		-0.691	0.492
	成人依恋	1.026	0.123	0.701	8.347	0.000

a. 因变量：担心错误。

表 24 显示，ECR 与担心错误回归方程成立，自变量成人依恋的回归系数为 1.026，对应的显著性 $p < 0.001$ 。

Table 25. Summary of regression equation models for attachment, worry error, and trait anxiety in adults
表 25. 成人依恋、担心错误和特质焦虑的回归方程模型汇总

模型	R	R ²	调整后 R ²	标准估算的误差
1	0.840 ^a	0.705	0.701	0.208
2	0.873 ^b	0.763	0.756	0.188

a. 预测变量：(常量)，成人依恋； b. 预测变量：(常量)，成人依恋，担心错误。

表 25 显示，在模型 1 中，R² 为 0.705，说明自变量可以解释因变量 70.5% 的变异。在模型 2 中，R² 为 0.763，说明自变量和中介变量可以解释因变量 76.3% 的变异。

Table 26. Significance tests for regression equations for adult attachment, worry errors, and trait anxiety
表 26. 成人依恋、担心错误和特质焦虑回归方程显著性检验

模型		平方和	自由度	均方	F	显著性
1	回归	7.483	1	7.483	172.478	0.000 ^b
	残差	3.124	72	0.043		
	总计	10.607	73			
2	回归	8.091	2	4.045	114.166	0.000 ^c
	残差	2.516	71	0.035		
	总计	10.607	73			

a. 因变量：特质焦虑； b. 预测变量：(常量)，成人依恋； c. 预测变量：(常量)，成人依恋，担心错误。

表 26 显示，在回归方程模型 1 检验中，因变量与自变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 172.478, p < 0.05$)。在回归方程模型 2 检验中，自变量、中介变量与因变量之间的线性关系在总体上是显著的($F = 114.166, p < 0.05$)。

Table 27. Summary of regression equation coefficients for adult attachment, worry error, and trait anxiety
表 27. 成人依恋、担心错误和特质焦虑回归方程系数汇总

模型		未标准化系数		标准化系数	t	显著性
		B	标准误差	Beta		
1	(常量)	-0.056	0.196		-0.284	0.777
	成人依恋	1.031	0.079	0.840	13.133	0.000

Continued

	(常量)	0.004	0.178		0.022	0.982
2	成人依恋	0.742	0.100	0.604	7.455	0.000
	担心错误	0.282	0.068	0.336	4.142	0.000

a. 因变量：特质焦虑。

表 27 显示，方程 $y = c'x + bm + e$ 中，b 值为 0.282， $c'x$ 为 0.742，显著性 $p < 0.001$ 。担心错误因子为成人依恋与特质焦虑的中介变量，回归方程为 $y = 0.742X + 0.282M + e$ 。

由此可以得出完美主义中的担心错误因子为大学生成人依恋与特质焦虑的中介变量并起部分中介效应。

3.5. 研究结论

1) 大学生的 ECR 回避和 ECR 焦虑、完美主义的五个维度与特质焦虑在性别、年龄、独生子女没有显著差异。

2) 行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准均与成人依恋中的 ECR 回避、ECR 焦虑之间有着正相关关系。

成人依恋中的 ECR 回避和特质焦虑之间有着显著的正相关关系，ECR 焦虑和特质焦虑之间有着显著的正相关关系。

特质焦虑和行动疑虑、条理性、担心错误、父母期望、个人标准之间有着显著的正相关关系。

3) 大学生成人依恋、完美主义对特质焦虑有预测作用，其中完美主义的条理性、行动疑虑、担心错误三个因子在成人依恋与特质焦虑间起部分中介作用。

4. 研究分析与讨论

4.1. 成人依恋、完美主义相关关系的讨论

通过前面的结果分析我们得出 ECR 回避与完美主义的五个维度存在显著的相关。这与以往研究不符 [12]，可能的原因是由于本研究样本量不足。而 ECR 焦虑与完美主义的五个维度也均存在显著的相关。

Bowlby 创立依恋理论后，得到了越来越多 xuezhe 的关注，依恋的不仅与很多个体心理因素密切相关，性格就是其中之一。完美主义作为性格的一个分型，如果父母在儿童发展早期对儿童实施打压的、批评的、限制的教学方法，可能会导致儿童不能形成安全型依恋，取而代之的是对自己的克制、苛刻。Borrow 等人认为如果父母是可得到的、反应的、教育的而非让人压抑的，孩子可能会形成安全型依恋，使个体适应良好的完美主义。本研究也揭示了高回避焦虑的成人依恋个体也有较高的完美主义倾向，证明了这些观点。在日常生活中高回避焦虑的人群通常对自己要求完美，注重生活的各个方面，其中具体还有其他因素的影响有待后续的研究进一步深入和分析。

4.2. 成人依恋、特质焦虑相关关系的讨论

以往研究证明了不同依恋类型在大学生特质焦虑与依恋回避、依恋焦虑有较高的相关关系 [13]。李旭的研究得出，高依恋焦虑和高依恋回避的个体的缺少自尊和安全感，从而影响其焦虑水平 [9]。焦虑型依恋人格特质，就是来源于小时候的不安全依恋模式。而不安全依恋作为一种相对固定的莫斯也长期影响着特质焦虑水平，正说明了高回避焦虑型个体比较矛盾的心理，一方面希望自己能在生活中轻松地完成每件事，另一方面他们非常关注和担忧他人对自己的看法，担心自己能否达到想要的成就水平，所以这个类型的个体相对于安全型依恋个体来说会表现得更为紧张、焦虑和苦恼，与本文研究结果一致。

4.3. 完美主义、特质焦虑相关关系的讨论

完美主义与特质焦虑之间的关系,以往研究证明完美主义人格特征对状态-特质焦虑影响很大,特别体现在错误关注和父母压力等维度上[10],这种过高的担忧和恐惧失败会导致回避行为,而回避行为意味着一个人必须不断地处于警戒和防御中,以避开他恐惧的事物[6]。如果个体完美主义得分高的话,其在现实生活中受一整套完美主义信念的支配,会使人变得敏感,从而把周围环境看作是对个体的一个潜在威胁,产生焦虑和回避。但本研究得出的条理性与特质焦虑呈显著正相关与前人研究不一致,倘若个体处理事物有条不紊,其焦虑程度也就越低[10]。可能的原因是样本量有限,不足以代表学生群体。

4.4. 完美主义在成人依恋与特质焦虑中起中介效应的讨论

通过成人依恋、完美主义、特质焦虑的中介分析,我们发现影响特质焦虑有两条途径。一是成人依恋直接影响特质焦虑。第二条是间接路径,即成人依恋通过完美主义来影响特质焦虑。不同成人依恋类型的大学生会有不同程度的特质焦虑水平,但同时完美主义中的某些因素又很可能影响到成人依恋对特质焦虑的影响,从而导致个体体验到不同的特质焦虑。认识到完美主义在成人依恋和特质焦虑中的中介作用,在实际的生活和学习中我们可以得到很大的启发。一个人儿童时期的家庭模式在其发展变化中起很大的作用,要想较大的改变几乎微乎其微。大量国外研究已经证明依恋从小到成人发展都是相对稳定的。依恋状态也会通过完美主义作为中介的方式间接影响个体的社交焦虑[12]。而特质焦虑作为人格的一部分,与依恋状态类似是一种比较稳定的特质,所以心理辅导中应更加注意对高依恋回避的个体采取特殊的疏导方法。

参考文献

- [1] Hazan, C. and Shaver, P.R. (1987) Conceptualizing Romantic Love as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, **29**, 270-280.
- [2] Negrini, L.S. (2018) Handbook of Attachment, Third Edition: Theory, Research, and Clinical Applications, Jude Cassidy and Phillip R. Shaver (Eds.), New York: Guilford Press, 2016, 1,068 pp., ISBN 978-1-4625-2529-4. *Infant Mental Health Journal*, **39**, 618-620. <https://doi.org/10.1002/imhj.21730>
- [3] Hollender, M.H. (1965) Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, **6**, 94-103. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5)
- [4] Stoeber, J. (2014) Multidimensional Perfectionism and the DSM-5 Personality Traits. *Personality and Individual Differences*, **64**, 115-120. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.02.031>
- [5] Stoeber, J., et al. (2017) Perfectionism, Social Disconnection, and Interpersonal Hostility: Not All Perfectionists Don't Play Nicely with Others. *Personality and Individual Differences*, **119**, 112-117. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.07.008>
- [6] Frost, R.O., et al. (1990) The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, **15**, 245-261. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- [7] 马红霞, 等. 大学生完美主义与成人依恋的关系研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2010, 18(6): 717-719.
- [8] Raffety, B.D., Smith, R.E. and Ptacek, J.T. (1997) Facilitating and Debilitating Trait Anxiety, Situational Anxiety, and Coping with an Anticipated Stressor: A Process Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, **72**, 892-906. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.4.892>
- [9] 李旭, 郑雪, 王永红. 成人依恋对特质焦虑的影响: 自尊和安全感的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24(1): 8-12.
- [10] 章雷钢. 地方院校大学生状态——特质焦虑和完美主义的关系研究[J]. 绍兴文理学院学报, 2010, 30(10): 4.
- [11] 戴晓阳. 常用心理评估量表手册[M]. 北京: 人民军医出版社, 2010.
- [12] 朱江. 大学生成人依恋、完美主义与社交焦虑的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 哈尔滨工程大学, 2011.
- [13] 杨叶. 阈下恐惧启动与成人依恋对象心理表征通达性的关系[D]: [硕士学位论文]. 北京: 首都师范大学, 2007.