

埃里克森人格理论下大学生亲密关系现状研究

雷 珍

西安外国语大学 陕西西安 710128

摘要: 根据埃里克森人格发展阶段论, 成年早期(第六阶段) 主要面临亲密对孤独的冲突, 是亲密关系发展的关键时期。如何避免孤独, 获得亲密感是这一阶段的主要任务。对于大学生来说, 良好亲密关系有助于对其人格和心理健康发展。文章通过访谈的方式对5位在校大学生进行采访, 主要研究其与父母之间亲密关系现状及影响因素。最后, 作者针对大学生如何与父母建立和维持良好亲密关系提出一些建议。

关键词: 人格发展理论; 亲密关系; 心理发展

A study on the current situation of college students' intimate relationships under Erikson's personality theory

Zhen Lei

Xi'an International Studies University, Xi'an, Shaanxi, 710128

Abstract: According to Erikson's theory of stages of personality development, early adulthood (the sixth stage) mainly faces the conflict between intimacy and loneliness, which is a critical period for the development of intimate relationships. Avoiding loneliness and gaining a sense of intimacy is the main task at this stage. For college students, good intimacy helps develop their personality and mental health. This article interviews 5 college students through interviews, mainly studying the current situation and influence factors of their intimate relationship with their parents. Finally, the author offers some suggestions on how college students can establish and maintain good intimacy with their parents.

Keywords: theory of personality development; intimacy; psychological development

一、引言

从心理学角度看, 建立亲密关系是人类社会中的一种适应性行为。根据埃里克森人格发展阶段论, 大学生正处于第六阶段, 也就是“亲密对孤独”的发展阶段。王玲玉(2021)认为, 良好亲密关系是大学生个体心理健康发展的重要组成部分。因此, 对于大学生来说, 在这一阶段获得归属与爱的需要, 形成爱的品质是其心理发展的主要任务之一。

什么是“亲密关系”? 在研究大学生亲密关系之前, 了解“亲密关系”的概念是非常关键的。一直以来, 国内外学者关于亲密关系有着多种不同的见解。对亲密关

系的看法取决于回答者本身, 这是由于亲密关系是一种有着多种成分的复杂概念(布雷姆, 2005)。Aron提出亲密关系的本质是将他人融入自我的概念中(侯玉波, 2013)。整体而言, 亲密关系的定义可以分为广义和狭义两种: 从广义看, 亲密关系注重关系双方相互影响, 相互依赖和信任的程度。它不受双方具体身份的限制, 具体包括家人关系, 朋友关系, 恋人关系等。而狭义的亲密关系主要用来指代伴侣关系, 包括恋爱关系和婚姻关系等。本研究主要关注广义层面, 即分析大学生与父母之间的亲密关系。

二、相关理论

(一) 埃里克森人格发展理论

埃里克森将个体一生的发展划分为八个紧密关联的阶段。他认为个体在不同的人格发展阶段会面临特定的目标, 冲突和任务。在八个阶段中, 后一阶段的发展依赖于前一阶段, 危机或冲突的解除标志着向下一阶段的

作者简介: 雷珍, (1999.8—), 女, 汉族, 陕西渭南人, 硕士研究生(在读), 西安外国语大学英语师范学院·教育学院学科教学(英语)专业, 研究方向: 中小学英语教学。

转化。根据这一理论,大学生正处于第六阶段——成年早期(18-25岁)的发展阶段。建立良好同一性的个体在这一阶段才能与他人建立良好的亲密关系,从而获得亲密感。反之,处于同一性混乱或没有形成同一性会使个体陷入孤独,难以实现爱的需要。大学生正处于成年早期,是良好亲密关系发展的关键时期。

(二) 依恋理论

依恋是个体与重要他人,即父母,朋友,恋人,老师等建立的持久,稳定,强烈的情感联系。“依恋是抚养者与孩子之间一种特殊的情感联结。”心理学家Bowlby(1982)首次提出依恋理论,从婴儿等的行为出发探索关系的亲密度。在此基础上,Ainsworth(1978)等人通过实验将婴儿依恋划分为三种类型:安全型、回避型和焦虑型。Hazan和Shaver(1987)发展了成人依恋理论,并推广到成人亲密关系研究。他们通过研究发现,安全型个体比不安全型个体具有更高的关系满意度,更容易建立和维持良好亲密关系。Bartholomew等人在已有研究基础上,对依恋类型进行了进一步的划分。

除上述两种主要的理论外,与亲密关系研究相关的理论还有社会学习理论,动机理论,相互依赖理论和关系取向理论等。

三、研究设计

(一) 研究问题

研究问题主要有两个:当代大学生与父母亲密关系现状如何?影响大学生与父母亲密关系的因素有哪些?

(二) 研究现状和方式

通过梳理文献可以发现,现阶段国内外关于亲密关系的研究多为狭义层面。学者主要集中于研究恋人,夫妻之间的亲密关系,对父母,朋友等层面的研究较少。同时,国内对亲密关系的研究处于刚起步阶段。亲密关系的研究方法多采用问卷的形式,目前已有许多权威的量表和问卷如《亲密关系体验量表》、《亲密关系满意度问卷》等。与问卷的方式相比,访谈能获取更加真实的信息,通过微表情,动作,语调等可以深入了解受访者的内心世界。因此本研究采用个案访谈的方式对5位在校大学生进行调查和分析。

(三) 访谈对象

本研究通过随机选样的方式选取了5位在校大学生。其中,男生2人,女生3人,年龄均处于22-24岁之间。

(四) 研究程序

首先,确立访谈提纲。通过查找资料,访谈提纲共设置13个大问题。提纲设置结合研究目的涉及亲情,友

情,爱情三个维度,本文主要聚焦于分析家庭维度。其次,确定访谈时长和形式。访谈通过电话的线上形式进行,每位受访者时长均在30分钟以上。最后,正式进行访谈。访谈过程按照大纲灵活进行,尽可能深入的挖取信息。访谈结束后将录音转成文本进行研究分析。

四、案例分析

(一) 现状分析

受访者1,女,24岁,性格外向,活泼开朗。在她看来,现阶段与父母关系很亲密,经常会主动交流和沟通,很享受目前的状态;受访者2,女,22岁,性格较内向。她认为目前与父母关系更加亲密,会更加主动和父母交流(尤其倾向于和父亲交流);受访者3,男,性格内向。他与父母现阶段关系更加亲密和亲近,但是不太善于主动和父母交流;受访者4,女,23岁,性格外向开朗。她会经常主动和父母双方交流,目前相处是亲密中带有一定界限感;受访者5,男,22岁,性格较为外向,易相处。他认为上大学以来与父母的关系很亲密,自己会主动和他们交流(更多倾向于和父亲交流)。

可以看出,5位受访者均在不同程度上与父母建立了良好的亲密关系,获得了亲密感。其中,受访者1和5与父母很亲密;受访者2和3处于更加亲密的状态;受访者4则与父母关系亲密。基于此现状,作者对影响他们与父母之间良好亲密关系的因素进行了分析。

(二) 影响因素

通过分析得出,这五位受访者与父母亲密关系主要受家庭教育方式,相处模式,自我成长,性格和交流话题等其他因素的影响。

1. 教育方式

父母的教育方式对子女的心理健康和人格发展有着至关重要的作用。有研究表明,父母的教育方式在儿童不同的发展阶段都有一定的作用,持续影响着青少年的发展。对于大学生来说,父母正确的教育方式有助于其在这一阶段亲密关系的发展,从而形成良好的人格。通过分析得出,五位受访者均在这一时期受到良好的教育方式。

受访者1提到,“虽然从小他们在学习上对我较为严厉,但却给予我尊重,支持和更多的空间。父母教会我一些做人的道理,也鼓励我学会去展现自己。目前他们对我的这种态度更加明显,我有更多的决定权和自主权。”

受访者2认为,“我妈妈在我上小学,甚至初高中是更多对我是管控,喜欢替我做决定。那时候父母是以一

种很威严的身份教育我。但是上大学以来，他们把我当做一个成人来看待。无论在生活还是其他方面，他们都会更愿意听我的想法和意见。他们对我这种教育方式的转变也是让我们现在关系更加亲密的一个重要原因。”受访者3也有类似的经历和感受。

受访者4在采访中说道，“上初高中的时候父母对我学习上管的会更多一点，有时候做决定不会考虑我的看法。但是现在，他们给予我一些独立自主的权利和自由的空间。例如，在做决定之前会和我商量，把我的看法纳入他们的考虑范围内。”

受访者5也认为父母的教育方式是影响他们现阶段关系的重要因素之一，“我的父亲从小就把我当作朋友来看待，理解尊重我。我的母亲更多是对我生活和学习进行管控，但是现在她也在慢慢转变她的教育方式，所以我们现在的关系变得很亲密。”

由此看出，良好的教育方式是影响大学生与父母亲密关系的重要因素之一。对于五位受访者来说，父母教育方式的转变在不同程度上加深了他们之间的关系。

2. 相处模式

无论是与父母，朋友还是恋人等，相处模式是人与人之间建立和维持良好关系的重要法宝。研究发现，五位受访者与父母现阶段相处模式都呈现出正向的，积极的一面。

在谈及与父母相处时，受访者1谈到，“目前我与父母的相处保持一种和平，轻松的状态。当遇到问题或者矛盾时，我们能和平地沟通和解决问题。”受访者2认为，“现在我与父母之间能更加平等地相处，在交流过程中他们会尊重和耐心倾听我的想法。”同样，受访者3和4也提到，“现阶段我与父母更像是以朋友的方式相处，他们会尊重我的决定。同时，他们会从我的角度出发，考虑我的感受。”受访者5解释到，“在大学阶段，我的父亲更像是我的倾听者和支持者。他会以朋友方式和我平等交流，所以我们之间更像是很好的朋友。我的母亲在和我相处时还是占一定主导地位，但她也会给我尊重和信任，所以我并不排斥这种相处模式。”

综上，五位受访者在与父母相处时都呈现出共同的特点：他们之间的相处模式是正向的，积极的。从案例中可以看出，他们都认为与父母更多是以朋友的方式和平，平等地相处。大学生刚经历青春期，他们建立起来的同一性在成年早期需要进一步稳固。父母良好的相处模式能在不同程度上帮他们树立自信，有助于其人格健康发展。建立在彼此尊重理解基础上，以朋友的方式相

处可以拉近父母和子女之间的距离，从而获得亲密感。

3. 自我成长

除教育方式和相处模式外，自我成长也是影响大学生与父母亲密关系的关键因素。对于处在成年早期的大学生来说，他们在思想和行动上更加成熟和独立。自我的进一步成长能帮助他们理解和体贴父母，达到情感上的共鸣。

在采访中，受访者1表示，“现在我更能理解父母的一些做法，深刻地感受到来自他们的关心和爱。作为成年人，我希望能通过自己的能力去回报父母。例如在节日或者纪念日的时候，我会通过送小礼物的方式表达我的爱意。在遇到冲突时，我也能站在他们的立场替他们考虑。”

受访者2也提到自我成长的重要性，“以前我和父母遇到冲突时，我只会觉得他们不理解我。但是现在完全不同，我能主动地去思考发生矛盾的原因和解决办法。例如，有时候发生冲突是因为时代观念不同，所以对问题看法截然相反。因此，我会更加理解他们，不会要求他们必须和我想法一致。”

受访者3认为，“在大学阶段我更加体贴和理解父母，这也是我们之间更加亲近的主要原因之一。”

“上大学以来，我自身也有了一定的成长。在一些事情上我能独立地思考，有自己的想法和判断力。在父母遇到困难时，我的想法有时也能帮到他们。这样在遇到其他问题时，他们会主动寻求我的帮助。我认为这也是我们现在关系亲密的原因之一。”受访者4解释道。

受访者5在采访中提到，“以前母亲在对我学习和生活有过多干涉时，我会觉得她不尊重我。现在作为一个成年人，我能理解她的做法出发点是好的。”

除上述三种因素外，性格和交流话题等其他因素也影响受访者和父母亲密关系。例如，受访者1和4提到了父母和自身性格的影响；受访者2和5认为和父母有共同交流话题也是拉近彼此亲密感的因素之一。

五、结论

本研究通过个案访谈的方式对五位受访者与父母的亲密关系进行了调查和分析。研究主要有两大发现：一方面，作者发现五位受访者均在一定程度上与父母建立了良好亲密关系，获得了亲密感。其中，受访者1和5与父母很亲密；受访者2和3处于更加亲密的状态；受访者4则与父母关系亲密。另一方面，作者发现父母教育方式，相处模式和个体自我成长是影响大学生与父母亲密关系的重要因素。此外，性格，交流话题等因素也有一

定影响。

六、启示

在实验结论的基础上，作者对大学生如何与父母建立和维持良好亲密关系提出以下两点看法。首先，良好的相处方式是促进彼此关系亲密的关键法宝。对大学生来说，在与父母相处过程中要注意自己的态度和行为。在理解和尊重父母的前提下，我们可以提出自己的想法和感受。其次，共同话题会使关系双方更加亲密。例如，可以分享自己的兴趣爱好，帮助父母了解更多当代年轻人的交流话题。同时，换位思考和父母一起做他们喜爱的事情也是至关重要的。

总之，成年早期是亲密关系形成和发展的关键时期。良好亲密关系有助于大学生未来人格和心理健康发展，形成爱的品质。与父母之间保持良好的亲密关系对大学

生与朋友，恋人等他人相处有重要意义。

参考文献：

[1]侯玉波.(2013).社会心理学.北京:北京大学出版社, 155 — 165.

[2]王玲玉.(2021).大学生依恋类型与亲密关系质量现状调查.教育观察, 10(09), 60-63.

[3]莎伦·布雷姆.(2005).亲密关系.北京:人民邮电出版社, 4.

[4]Bowlby, J.(1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. American Journal of Orthopsychiatry 52(4), 664 — 678.

[5]Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology 52 (3), 511-524.