

安斯沃斯陌生情境下所揭示的三种婴儿期依恋类型

张淑云

临河区河套学院 内蒙古自治区 巴彦淖尔市 015000

摘要: 安斯沃斯创设了在陌生环境下,以母亲、儿童、陌生人为主体,以3分钟左右为时间节点,对儿童进行心理依恋实验,得出了三种依恋类型即安全依恋型、回避依恋型和焦虑-矛盾依恋型。本文以这三种依恋为依据,论述其形成原因、表现与对未来的影响

关键词: 安斯沃斯陌生情境实验 安全依恋型 回避依恋型 焦虑-矛盾依恋型

一、安斯沃斯陌生情境实验的创设

安斯沃斯是美国心理学家,在儿童早期情感依恋理论方面有独特的研究,并为此展开实验。这个实验采取陌生情境进行测验,分为8步进行。

第一步:母亲、婴儿和实验者一同在场,实验者向母亲和婴儿作简单介绍,持续时间约30秒。第二步:由母亲、婴儿进入室内,母亲与孩子一起玩耍鼓励孩子探索新事物,持续时间3分钟。第三步:陌生人进入室内与儿童活动。第四步:母亲离开,房间只剩婴儿和陌生人。第五步:母亲回来安抚婴儿,陌生人离开。第六步:母亲再次离开,房间只剩婴儿一人。第七步:陌生人再次回到室内约3分钟以下。第八步:母亲再次回到房间安抚婴儿,生人离开。

这个实验提供了两个方面的情境:第一:婴儿在陌生环境中对于和母亲、生人还有独自在场时的互动情况和探索周围事物的反应。第二:婴儿在与母亲和生人的分离与重聚时的状态和变化。通过这个测验以及分析测验结果把儿童分为三种类型即安全依恋型关系、焦虑-矛盾型关系和回避依恋型关系。

二、依恋关系形成的原因

在儿童早期的身心发展中,给予儿童或婴儿最多的陪伴和带给儿童最大影响的是母亲。因为在婴儿刚出生的时候是没有依恋关系之分的,也不懂得一些和母亲的“相处之道”,但是随着时间的推移,婴儿会有情绪、行为等的变化,这时作为母亲对孩子的回应尤为重要。母亲对婴儿作出回应或者不作回应,长此以往会形成不同的依恋类型。

(一) 安全型依恋关系是一种健康的关系

这类婴儿的母亲通常对孩子比较细心、耐心和负责任,对于婴儿每一次的需求都作出正面回应,让婴儿体会到母亲的爱,使婴儿有足够的安全感,因此在母亲离开后他们也不会大哭大闹。

(二) 而回避依恋型的婴儿同样与母亲有直接的关系

婴儿在成长期间会用哭闹笑表达情绪,而母亲却不作出回应采取冷漠的态度,更甚者会实施一些粗暴的行为管教孩子而不去倾听孩子内心的想法,婴儿体会不到母亲的亲切和爱,所以也不会依恋母亲,甚至疏远。因此在母亲离开与回

来时没有太多反应。

(三) 焦虑-矛盾型关系是处于前二者之间的

此类婴儿的母亲对于婴儿的需要会作出回应但不是特别关系和敏感,不能时时或事事的关注儿童的内心和情绪。因此没有让儿童体会到足够的安全感。

这三种依恋关系形成的原因主要来自于母亲,因为母亲给予儿童的回应是长期的,稳定的。

三、三种依恋关系的表现

根据实验创设的两个情境以及反映结果作出解释。

(一) 安全型依恋关系的表现

这类婴儿在陌生的环境中,他的安全归属和安全依靠是其母亲,母亲在场的时候,婴儿可以主动去探究周围环境。母亲不在的时候,会产生分离焦虑,探究活动也会减少,但是能与陌生人交流,忧伤情绪也容易被陌生人安慰,但母亲的安慰更加有效。当母亲返回时,儿童会以积极地情感与态度表达依恋并且寻求安慰,在母亲的安慰中很快平静下来,然后继续探究游戏

(二) 回避依恋型

这类儿童在陌生环境中,母亲是否在场对他们的行为没有影响,母亲离开时,儿童不表现出明显的分离焦虑,当母亲再次返回时,也不积极主动寻求安慰。反之,母亲想要接近儿童并有一些亲密动作时,儿童反而转过身去,回避母亲的行为。在忧伤时,母亲安慰的效果和陌生人差不多,对陌生人不表现出明显的陌生焦虑。

在我家里,我姐姐的孩子,今年4岁即回避依恋型儿童,在他从出生到现在的四年里,由于他母亲异地工作的原因,每个月见孩子几面,所以孩子对母亲不产生依恋,甚至和陌生人一般对待,母亲的行为对他的情绪不产生影响,我想对于儿童,不管是哪种依恋类型,一旦形成便具有稳定性,需要父母尽力弥补。

(三) 焦虑-矛盾型

这类儿童在陌生环境中,难以主动的探究周围环境,而且探究活动很少,表现出明显的陌生焦虑。母亲离开时特别忧伤,但重逢时又难以安慰。实际上,这些儿童是在抗拒母亲的安慰。他们的行为会表现出一种愤怒的矛盾心理,对母

亲缺乏信心和安全感，不能视母亲为“安全基地”。当母亲再次返回时，他们拒绝去探究，仍表现出明显的焦虑不安。

四、不同的依恋关系对未来的影响

根据追踪调查发现，成人的性格与其婴儿阶段的依恋关系相关，安全依恋的婴儿会成长为安全依恋的成人，回避依恋的婴儿会成为回避依恋的成人，焦虑矛盾的婴儿会成为焦虑矛盾依恋的成人，其人生观，价值观各有不同，所以我认为不同依恋关系的影响主要在成人的性格、人际关系与恋爱关系方面。

(一) 性格与人际交往

安全依恋的婴儿长大后通常比较自信，开朗，活的快乐。对事情抱有积极地态度，乐于交往，探索。他们能够很好的与人建立良好的人际关系，从不担心被人抛弃。从人际关系上来看，良好的人际交往是懂得尊重和爱的能力。而回避依恋与焦虑矛盾依恋属于不安全依恋，这类婴儿长大往往缺乏安全感，交往能力差，不自信与情绪不稳定，做事往往退缩，

不能很好的与人建立人际关系。

(二) 恋爱关系

婚姻关系在人的一生中占很大比例，而婴儿对母亲的依恋行为与成人的恋爱关系有很多相似点，早期的依恋行为对未来的择偶观有很大影响。

安全依恋的人在谈恋爱时懂得互相尊重，有安全感，不会时时敏感，猜忌，更不会过分担心被抛弃。而焦虑矛盾型的人会没有安全感，他们总是忧虑别人不会完全的爱他们，并且在自己的依恋需要没有得到满足时容易产生挫败感和愤怒。回避型的人，他们似乎不太在意亲密关系，宁愿不依赖别人，或不让别人过于依赖自己。

通过安斯沃斯陌生情境下所揭示的婴儿期依恋类型，我们知道儿童依恋的三种类型以及形成的原因和对未来的影响，他的实验告诉我们，安全依恋是孩子一生幸福的基础，但是和孩子建立安全依恋不是一两两天的事情，是始终如一的爱和接纳。

