

完美主义在依恋和抑郁间的中介效应研究

刘新春¹, 朱晓坤^{1,2}, 邓晶晶¹, 李永玲³, 杨丽¹

(1.天津大学心理研究所,天津 300072;2.天津职业大学学生处,
天津 300410;3.天津农学院学生处心理健康教育中心,天津 300384)

【摘要】 目的:探讨完美主义在依恋与抑郁之间的中介效应。方法:采用成人亲密关系经历量表中文修订版、近乎完美量表修订版的中文修订版和 Beck 抑郁问卷对 500 名大学生集体施测,用 SPSS12.0 和 Lisrel 8.70 进行数据分析。结果:完美主义的消极维度部分中介了依恋焦虑和抑郁间的关系、完全中介了依恋回避和抑郁间的关系,完美主义的积极维度与依恋焦虑、依恋回避和抑郁都不相关。结论:依恋焦虑和依恋回避促进了完美主义消极维度的形成,进而加重个体的抑郁。

【关键词】 完美主义;依恋;抑郁

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2013)04-0658-04

A Study on Mediating Effect of Perfectionism Between Attachment and Depression

LIU Xin-chun, ZHU Xiao-kun, DENG Jing-jing, LI Yong-ling, YANG Li

Institute of Psychology, Tianjin University, Tianjin 300072, China

【Abstract】 Objective: To explore the mediating effect of perfectionism between attachment and depression. **Methods:** Experiences in Close Relationships Inventory Chinese Revised (ECR-CR), Almost Perfect Scale Revised Chinese Revised (APS-R-CR), and Beck Depression Inventory (BDI) were administered to 500 undergraduate students, and SPSS 12.0 and Lisrel 8.70 were used to analyze the data. **Results:** The negative dimension of perfectionism partially mediated the relation between attachment anxiety and depression, while fully mediated the relation between attachment avoidance and depression. The positive dimension of perfectionism had no significant correlation with attachment anxiety, attachment avoidance, and depression. **Conclusion:** Both attachment anxiety and attachment avoidance facilitate the formation of the negative dimension of perfectionism, which in turn leads to depression.

【Key words】 Perfectionism; Attachment; Depression

依恋(attachment)最早由英国精神病学家 Bowlby 提出,用来解释婴儿与其主要抚养者(主要是母亲)之间的情感联结^[1]。最初研究者将依恋研究的注意力放在了儿童领域。随着人格和社会心理学家们的加入,依恋的研究拓展到了成人阶段^[2]。Hazen 和 Shaver 根据 Ainsworth 等人的观点将成人依恋划分为安全型、焦虑/矛盾型和回避型三种类型^[3]。Bartholomew 和 Horowitz 认为单一的回避型依恋可能从概念上混淆了成人回避型依恋的不同模式,进一步将成人依恋划分为安全型、迷恋型、恐惧—回避型和冷漠—回避型,其中后三种类型的依恋都是不安全依恋^[4]。Brennan, Clark 和 Shaver 收集了当时大量的成人依恋自评量表,对大学生被试施测后进行因素分析,得出焦虑(Anxiety)和回避(Avoidance)两个高阶因子。他们从依恋维度的角度编制了亲密关系经历量表,包括依恋焦虑和依恋回避两个维度^[5]。依恋焦虑以对他人的支持过度需要,担心被拒绝和被抛弃为主要特征,依恋回避以对自立的过度需要,害

怕亲密行为和人际依赖为主要特征。在依恋焦虑和依恋回避两个维度得分都低的个体是安全依恋,在任何一个维度得分高或两个维度得分都高的个体是不安全依恋^[5-7]。在考察依恋与抑郁的关系时发现,不安全依恋与抑郁显著正相关^[8-10]。

作为和心理健康密切相关的人格特质,完美主义一直备受临床心理学家的关注。在早期的实证研究中,完美主义被认为是一种病态的单维的人格特质,包含着对不现实的高目标的强迫性的和无休止的追求^[11]。后继的实证研究者陆续提出完美主义是一种多维的人格特质^[12-14]。对几个常用的完美主义量表进行高阶因素分析发现,完美主义可被区分为积极和消极两个维度^[15-17]。完美主义的积极维度以自己的表现设置高标准,对自己的表现有很高期待为主要特征,也称为高标准^[14]、适应良好完美主义^[17,18]。完美主义的消极维度以总是对自己的表现不满意、对自我不完美的不接纳和对自己行为的过度批评为主要特征,也称为差异^[14]、适应不良完美主义^[17,18]。在考察完美主义与抑郁的关系时发现,完美主义的积极维度与抑郁不相关或负相关,完美主义的

消极维度与抑郁显著正相关^[14,18-21]。

许多理论家认为,完美主义的产生与儿童早期发展经验,尤其是与父母的依恋关系相关^[8,9,18]。Hollender 认为完美主义者在童年是一个敏感的不安全的小孩,他们的父母很难被满足,他们认为“如果我再努力些,如果做得更好些,如果我变得完美,我的父母就会爱我”^[22]。Hamachek 认为成长在不能获得父母的接纳,缺乏必要的反馈,不能将自己的表现同外部标准进行比较的环境中的儿童,会设置不合理的个人高标准,产生适应不良的完美主义^[23]。近年来,越来越多的实证研究表明安全依恋与完美主义的积极维度显著正相关或不相关,不安全依恋与完美主义的消极维度显著正相关^[8,24,25]。Rice 和 Mirzadeh 研究了依恋、完美主义和抑郁三者之间关系,结果表明同安全依恋相比,不安全依恋的被试更容易成为适应不良完美主义者,体验到更显著的抑郁情绪^[8]。Wei 等人以大学生为被试的研究发现,适应不良完美主义部分中介了依恋焦虑和抑郁间的关系,完全中介了依恋回避和抑郁间的关系^[9,10]。

综上所述,在依恋、完美主义和抑郁三者关系方面,既往研究所用被试均为国外大学生,未在中国大学生样本中进行探讨,另外既往实证研究未具体探讨依恋回避和依恋焦虑对完美主义人格特质形成的影响。因此本研究通过研究三者之间的关系,拟探讨个体的依恋模式如何影响完美主义的形成,进而影响个体的抑郁水平。

1 对象与方法

1.1 被试

在天津某大学整群抽取 500 名大学生,共发放问卷 500 份,回收 500 份,其中有效问卷 469 份,有效率为 93.8%。其中男生 184 人,女生 285 人;文科 270 人,理科 199 人;大一 383 人,大二 28 人,大三 55 人,大四 3 人。年龄 17~23 周岁($M=20.11$, $SD=1.15$)。

1.2 工具

1.2.1 近乎完美量表修订版的中文修订版^[26] 选用杨丽等修订的 APS-R 中文修订版 (APS-R-CR) 测量完美主义。选用差异作为完美主义消极维度的指标,选用高标准作为完美主义积极维度的指标。本研究中,高标准和差异分量表的 α 系数分别是 0.765 和 0.868。

1.2.2 成人亲密关系经历量表中文修订版^[2] 选用李同归和加藤和生共同修订的 ECR 中文修订版 (E-

CR-CR) 测量依恋焦虑和依恋回避。该量表包含 36 个条目,为 7 级评分(从一点也不符合到完全符合)。本研究中,依恋焦虑和依恋回避分量表的 α 系数分别是 0.762 和 0.826。

1.2.3 Beck 抑郁问卷(Beck Depression Inventory, BDI) 由 Beck 编制,每个症状为一个类别,共 21 个类别;每个类别的描述分四级,按其所显示的症状严重程度排列,从“无”到“极重”,级别赋值为 0~3 分。本研究中,该问卷的 α 系数为 0.900。

1.3 研究程序

研究所用的三个问卷按照不同的顺序随机排列。每位被试自愿参加测试,并签署知情同意书,测试后发放一份小礼物。对参加测试的被试采取集体施测,测试时间约 20 分钟左右,测试结束后当场收回问卷。使用 SPSS 12.0 和 Lisrel 8.70 统计软件进行分析。

2 结 果

2.1 依恋、完美主义和抑郁的相关分析

采用皮尔逊相关法,对完美主义、依恋和抑郁进行相关分析,结果见表 1。

依恋回避与高标准不相关,与差异和抑郁显著正相关;依恋焦虑与高标准不相关,与差异和抑郁显著正相关;高标准与抑郁不相关;差异与抑郁显著正相关。

表 1 完美主义、依恋和抑郁的描述统计和相关分析($n=469$)

	依恋回避	依恋焦虑	高标准	差异	抑郁
依恋回避	1				
依恋焦虑	0.001	1			
高标准	-0.045	0.076	1		
差异	0.162**	0.400**	0.330**	1	
抑郁	0.103*	0.295**	-0.090	0.354**	1

注: * $P<0.05$, ** $P<0.01$

表 2 依恋对完美主义的多元回归分析

	B	β	t	R^2	F
依恋焦虑	5.205	0.400	9.579**	0.186	53.376**
依恋回避	2.403	0.161	3.863**		

2.2 依恋对完美主义的回归分析

以完美主义的消极维度差异为因变量,依恋焦虑和依恋回避为预测变量,采用逐步回归法进行多元回归分析,结果见表 2。

2.3 完美主义在依恋和抑郁间的中介效应分析

本研究针对差异在依恋(依恋焦虑和依恋回避)和抑郁之间的中介效应设定了理论上可以接受的 2 个相互竞争的模型:部分中介模型,从依恋到抑郁的路径被估计;完全中介模型,从依恋到抑郁的路径系

数被设定为0。使用 Lisrel 8.70 软件,采用最大似然法进行模型估计。

差异在依恋焦虑和抑郁之间中介效应的完全中介模型和部分中介模型的拟合指数见表3。比较两个模型的拟合指数,可以看到部分中介模型的拟合程度好于完全中介模型,故选取部分中介模型,路径

图见图1。

差异在依恋回避和抑郁之间中介效应的完全中介模型和部分中介模型的拟合指数见表4。比较两个模型的拟合指数,可以看到完全中介模型的拟合程度好于部分中介模型,故选取完全中介模型,路径图见图2。

表3 差异在依恋焦虑和抑郁间的中介效应模型的拟合指标

	χ^2	df	χ^2/df	RMSEA	SRMR	NNFI	CFI	IFI	PNFI	ECVI
完全中介模型	40.09	25	1.60	0.036	0.049	0.99	0.99	0.99	0.68	0.17
部分中介模型	30.62	24	1.28	0.024	0.028	1.00	1.00	1.00	0.66	0.16

表4 差异在依恋回避和抑郁间的中介效应模型的拟合指标

	χ^2	df	χ^2/df	RMSEA	SRMR	NNFI	CFI	IFI	PNFI	ECVI
完全中介模型	45.68	25	1.83	0.042	0.045	0.99	0.99	0.99	0.68	0.18
部分中介模型	45.55	24	1.90	0.044	0.043	0.99	0.99	0.99	0.65	0.19

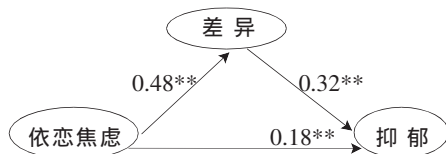


图1 差异在依恋焦虑和抑郁间的部分中介效应模型

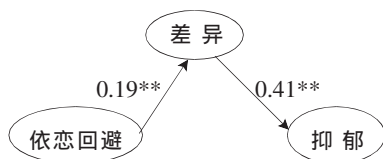


图2 差异在依恋回避和抑郁间的完全中介效应模型

3 讨 论

本研究结果表明: 依恋的两个维度与完美主义的积极维度不相关,与完美主义的消极维度、抑郁显著正相关,此结果与既往研究基本一致^[9,10]。本研究发现个体的依恋水平能显著地预测完美主义的消极维度,此结果支持了“完美主义的起源与父母-儿童关系相关”这一观点^[9,18]。依恋焦虑的儿童可能会习得如果他们是“完美的”,他们更可能得到父母的爱和认可^[9]。因此依恋焦虑的个体试图通过追求完美、做到完美、成为完美的人的方式来获得重要他人认可。依恋回避的儿童倾向于描述自己是完美的,他们可能要求自己达到完美以避免他人的拒绝以及尽量隐瞒自己的不完美感^[9]。如果儿童习得成年抚养者的爱和接纳是有条件的,只要表现得好就会被接纳,而不去关注自身的情感需要,儿童就有可能成为完美主义者^[8,27]。另外从回归方程可知,与依恋回避相比,依恋焦虑的个体更有可能成为高水平的完美主义者,此结果与既往研究一致^[9,25]。

研究结果表明完美主义的消极维度部分中介了依恋焦虑和抑郁之间的关系、完全中介了依恋回避和抑郁之间的关系,本研究结果基本支持了既往研究^[9,10]。分析研究结果,我们认为:第一、依恋回避与抑郁间的直接效应不显著,依恋回避不能直接影响个体的抑郁水平,只能通过完美主义消极维度间接影响个体的抑郁水平。第二、依恋焦虑既可以直接影响个体的抑郁水平,也可以通过完美主义消极维度间接影响个体的抑郁水平。本研究中完美主义在依恋和抑郁间的中介效应提示我们三者间的关系和作用机制可能是这样的: 儿童在早期与父母互动过程中产生的依恋关系会影响个体完美主义的形成,进而影响抑郁水平。高依恋焦虑或依恋回避的个体通过“追求完美”来获得认可或避免拒绝,但是这种“完美”的标准通常是不切实际和难以达到的,而达不到完美标准会让他们对自己的能力和价值产生怀疑,进而产生抑郁情绪。

参 考 文 献

- 1 Bowlby J. Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. London: Hogarth, 1969
- 2 李同归, 加藤和生. 成人依恋的测量: 亲密关系经历量表 (ECR) 中文版. 心理学报, 2006, 38(3): 399-406
- 3 Hazan C, Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 1987, 52(3): 511-524
- 4 Bartholomew K, Horowitz LM. Attachment styles among young adults: A Test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology, 1991, 61: 226-244
- 5 Berman KA, Clark CL, Shaver PR. Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In Simpson

- JA, Rholes WS, et al. Attachment theory and close relationships. New York: The Guilford Press, 1998. 46-76
- 6 Fraley RC, Waller NG, Brennan KA. An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2000, 78(2): 350-365
- 7 Fraley RC, Shaver PR. Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 2000, 4(2): 132-154
- 8 Rice KG, Mirzadeh SA. Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 2000, 47(2): 238-250
- 9 Wei MF, Mallinckrodt B, Russell DW, et al. Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and depressive mood. *Journal of Counseling Psychology*, 2004, 51(2): 201-212
- 10 Wei MF, Heppner PP, Russell DW, et al. Maladaptive perfectionism and ineffective coping as mediators between attachment and future depression: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 2006, 53(1): 67-79
- 11 Burns DD. The spouse who is a perfectionist. *Medical Aspects of Human Sexuality*, 1983, 17(3): 219-230
- 12 Frost RO, Marten P, Lahart C. The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 1990, 14: 449-468
- 13 Hewitt PL, Flett GL. Perfectionism in the self and social contexts: Conception, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 60: 456-470
- 14 Slaney RB, Rice KG, Mobley M, et al. The revised almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 2001, 34: 130-145
- 15 Frost RO, Heimberg RG, Holt CS, Mattia JJ, Neubauer, AL. A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 1993, 14: 119-126
- 16 Slaney RB, Ashby JS, Trippi J. Perfectionism: Its measurement and career relevance. *Journal of Career Assessment*, 1995, 3(3): 279-297
- 17 Rice KG, Ashby JS, Slaney, RB. Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equation analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 1998, 45(3): 304-314
- 18 Enns MW, Cox BJ, Clara I. Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, 2002, 33: 921-935
- 19 Stoeber J, Rambow A. Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 2007, 42: 1379-1389
- 20 杨丽,朱晓坤,翟瑞龙,等. 自尊在完美主义和抑郁间的中介效应研究. *中国临床心理学杂志*, 2011, 20(3): 335-339
- 21 杨丽,李娟,王岳飞,等. 回避应对在完美主义和抑郁间的中介效应研究. *中国临床心理学杂志*, 2011, 20(6): 803-806
- 22 Hollender MH. Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 1965, 6(2): 94-103
- 23 Hamachek DE. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 1978, 15: 27-33
- 24 Ulu IP, Tezer E. Adaptive and maladaptive perfectionism, adult attachment, and big five personality traits. *The Journal of Psychology*, 2010, 144(4): 327-340
- 25 Lowell S, Limke S. Adult romantic attachment and types of perfectionism. *Journal of Scientific Psychology*, 2009, 7: 18-23
- 26 杨丽,梁宝勇,张秀阁,等. 近乎完美量表修订版(APS-R)的中文修订. *心理与行为研究*, 2007, 5(2): 139-144
- 27 Greenspan TS. Making Sense of Error: A view of the origins and treatment of perfectionism. *American Journal of Psychotherapy*, 2008, 62(3): 263-282

(收稿日期:2013-01-21)

(上接第 676 页)

- 9 JC. Social factors and psychopathology: Stress, social support and coping process. *Ann Review Psychol*, 1991, 42: 401-425
- 10 邹兵,谢杏利. 农村高中生心理健康的多因素影响模型. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(4): 504-506
- 11 赵虎,刘少文,张强,等. 大学生心身健康水平及其相关因

素 4 年追踪观察. *中国临床心理学杂志*, 2001, 9(1): 28-30

- 12 Cohen S, Wills TA. Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychol Bull*, 1985, 98(2): 310-357
- 13 答会明. 高师大学生心理健康水平、社会支持、应付方式的关系研究. *中国临床心理学杂志*, 2003, 11(4): 292-293

(收稿日期:2013-01-10)