

意象对话技术在成人依恋测量中的应用刍议

史彤玮
(北京林业大学 北京 100083)

摘要:本文回顾了意象对话技术在心理测量中的使用情况,同时对成人依恋这一研究课题做了简要综述,并通过对一例个案的意象分析,探讨了意象对话技术在成人依恋测量中应用的可能性,为研究成人依恋的新方法开拓了思路并做出了初步尝试。

关键词:成人依恋 意象对话

中图分类号:R74

文献标识码:A

文章编号:1674-098X(2010)04(a)-0234-02

意象对话技术目前在临床上已有较多应用,此技术由朱建军教授等人在精神分析和心理动力学理论上发展而来,主要通过引导来访者产生可反映潜意识状态的象征性意象,并通过对意象的改变来改善心理状态。

1 意象对话技术在心理测量中的应用

与基于精神分析理论的投射测验类似,意象对话技术认为个体潜意识中的动机、欲望和需求能够在非结构化的刺激下不自觉的投射出来,这种投射可以是讲故事,画画,或者是形成某种具有特别意义的意象。

随着意象对话技术的广泛应用,已经有人开始对这一领域进行初步的研究。王晓林在其研究中采用房子意象测量了人格特质,将典型意象和艾森克人格简式量表、症状自评量表SCL-90做相关分析,得出意象中房子的门窗情况、光线强弱和人格特质中的恐怖性、神经质有显著相关,并且房子面积的大小与个体内外向维度和神经质维度方差显著。

意象对话用于心理测量的优点主要在于这一方法的简单易行,不需要太过严格的操作条件;在过程中也不易被来访者察觉,能最大限度的减少阻抗产生;这一方法还脱离了用纸笔答题的形式,更容易为来访者所接受;并且通常意象对话都充满趣味性和新奇性,容易引起来访者的兴趣,激发他们探究自身的欲望。尤其是在临床使用时,可以大大提高诊断效率。

当然,这一应用也有其不足之处。和投射测验一样,因为信效度的考量困难,所以其结果很难令人信服;另外,意象对话十分强调“对话”性,即咨询师一直参与到来访者的意象中,给予引导和支持或者一定的干预,这种一对一的对话过程很像心理测量一样进行大面积的施测,其使用广度会受到很大限制;第三,用意象对话做测量对使用者有较高的要求,需要扎实的理论功底和关于意象对话的经验,才能够对于来访者的不同表现及时做出反应并给予正确处理。

2 成人依恋测量的概况

成人依恋是指成人对早期依恋经验的回忆、再现和评价。成人依恋除了在亲密关

系问题上具有指导意义以外,这种指导还拓展到了工作、学业、娱乐。不同的依恋特点可以导致人们不同的行为反应模式。目前国内关于成人依恋的研究还比较少,所采用的测量方式也大都参照国外的研究成果。早期的成人依恋测量主要采用访谈式——最早由George和他的同事发表——成人依恋访谈(Adult Attachment Interview, AAI),之后出现的成人依恋Q-分类(Adult Attachment Q-sort)是AAI的另一个变化形式,它通过找出情绪调节和依恋方式间的关系来划分不同的依恋模式。之后研究者又相继发表了成人依恋问卷(AAQ)和成人依恋量表(AAS),这两个量表因为操作简便而得到了极大的推广。成人依恋问卷的共同特点是倾向于在类型或者维度上进行划分,因此被试的测量结果往往能得出一个明确的依恋类型,然而这个结果又会因为不同测量所采用的不同标准而产生差异。另一个原因也可能是因为大部分人并能完全归于一个单一的依恋类型,而是多种合一的混合体。更多研究者主张应从维度上对成人依恋进行划分,然后再把依恋维度转换成依恋类型。

成人依恋测验在国内的实测并不十分理想。很大一部分原因是国外问卷本土化的问题。不仅仅是在成人依恋测量中,其他的问卷也都会由于文化、风俗习惯以及国情的不同而造成信效度降低。李菲茗和傅根耀所做的成人依恋问卷AAQ3.1在中国的初步试用,其结果显示出了较理想的信效度,但是尚未形成对被试类型的定性判断,同时基本上所有分测验的内部一致性系数都低于国外使用时测得的内部一致性系数,该研究也发现了一些并不适合于中国国情的项目,都有待进一步的修订。另一个常用成人依恋量表(AAS-1996修订版)由吴薇莉等人进行修订和在中国施测,结果表明,在依赖、焦虑、亲近三个分量表中,亲近和焦虑两个分量表的一致性信度要高于依赖量表,各量表均有一条因子载荷很低的项目。尤其是依赖量表,有些项目并不适合中国人的表达习惯,仍需修改完善。

3 意象对话在成人依恋测量中应用的可行性

很多研究者都认为成人依恋这一课题在国内并没有得到广泛关注是因为本土测

量工具欠缺所造成的。在不断引进国外研究成果的同时,我们也更加希望有本土的测量方法诞生。采用意象对话方式对成人依恋进行测量,正是做出了这样有意义的尝试。

意象对话技术吸取了精神分析理论,荣格分析心理学理论等心理动力学流派的思想,以及人本主义和超个人心理学的思想,融合东方文化心理学的思想,有着深厚的理论基础,并形成了自己完整的体系,在神经症、人际关系、婚恋问题、心身疾病等各种心理问题的临床使用上都有较好的应用。在心理治疗的应用上,已经有大量的相关研究发表,并报告了很多成功的案例。

意象对话技术中有关于“领养动物”的意象,主要是引导来访者想象自己乘船逆流而上,来到河流上游的一座动物园中,并从动物园的男女看门人手中分别领养一只动物。根据意象对话的理论,河流意象代表生命的历程,逆流而上,即代表在潜意识中追溯童年。动物园象征童年场景,而动物园的两个看门人则象征父母,和他们的互动就代表了早期和父母之间的关系情况,而最终领养的小动物以及对待小动物的方式则代表了与父母依恋关系的状态。尤其是动物的皮毛状态,因为“皮肤是感受抚触的器官”,所以柔软的皮毛或者坚硬的甲壳分别象征着对感情的不同态度,亲近或回避,感受力的敏感或迟钝等。通过对这些典型意象分析,我们可以在迅速对来访者的成人依恋状态做出估测。

举例来说,一名男性来访者,25周岁,公司白领。在领养动物的意象中,得出如下结果:男看门人:白衬衫,浅色西装,四十岁左右,相貌看不清楚。女看门人:年龄略大,五十岁左右,慈祥,烫得卷发,蓝色工作服,很白,稍微胖一些。

装动物的盒子:都是长方形木质的黄色盒子;动物:从男看门人那里领养了一只豹子,健壮、年轻、很能跑;从女看门人那里领养了一只鹰,成年,很大,在天空盘旋。豹子跟在身后,自己跑,鹰在头顶盘旋。

根据所得意象可以分析出,男看门人的面貌相对于女看门人来讲比较模糊,该男子对父亲的依恋相对于母亲来说可能要疏远些,男看门人的服饰是西装,偏正式,所以父亲给他的感觉应该是规矩、严格的,女看门人穿着蓝色工作服,感觉亲切、慈

样,可以看出该男子的印象中母亲应该是勤劳的、照顾他比较多一点的,并且是随和的。两只木质的盒子可以看出在他对父母孕育方式的评价,认为父母在养育他的过程中是倾向于一致的,并且是尽职尽责的态度。从所领养的动物来看,豹子属于猫科动物,食肉,敏捷,皮毛光滑,可以分析出和爸爸之间的关系比较亲近,但是也含有了某种不确定感,因为豹子是比较凶猛又行动迅速的动物,这种感觉里可能包含了不易掌握和略微回避的态度;从女看门人那里领养的鹰是典型的食肉禽类,凶残,个性孤傲,但是很爱自己的孩子,皮毛的柔软程度要比哺乳类动物差一些,所以和妈妈之间的关系是更偏向一种受到疼爱但是又被严格要求的状态,亲密而受管制,并且有因为被要求要做出好的成绩而产生的忐忑意味。无论从看门人的形象还是从领养的动物来看,跟女性有关的一切都是年龄偏大的,体积也是得到强调的,在最后一部分意象中,豹子跟着跑而鹰在上空盘旋,也表明了女性这方的控制感和领导性,因此也可以推断出在他和父母的关系中,母亲的影响要大于父亲。总的来说,该男子和父母之间的依恋关系是安全型偏多,同时带有轻微的焦虑感,总体是比较正常良好的依恋关系。

在随后的访谈中,该男子表示,小时候和妈妈比较亲一些,妈妈爱唠叨,以他为荣,对他要求也比较高,可能自己好强的性格也是从妈妈那来的。爸爸的感觉是严厉而不乏慈爱的。从小到大基本上没有什么重大事件发生,一直在父母身边长大。基本符合意象所呈现的状况。

4 意象对话在成人依恋测量中的应用展望

关于这一问题的研究,现在仍处于摸索阶段,所做的工作主要是大量深入分析个体的意象含义,并通过访谈来进一步考察。未来研究的方向可以用过大量被试的意象收集,和现有的成人依恋测量做因子间的相关分析,从而进一步考察这一方法的有效性。

“依恋是贯穿生命周期的正常、健康的特征,而并非是要通过成长来消除的幼稚特征的标志。依恋系统的目标是安全体验,因此,依恋系统成了情绪体验的调节者(Stroufe 1996)。”从这个意义上说,依恋系统应该是贯穿人的一生,会在人生的各个阶段对个体造成影响。据现有研究,成人依恋除了在亲密关系问题上的指导意义之外,这种指导还拓展到了工作、学业、娱乐,几乎涵盖了成人生活的各个方面。在心理咨询中,了解来访者的成人依恋状况,可以获得很多重要信息,比如他的家庭情况、父母的教养方式、他的人生观和价值取向,最重要的是可以迅速的了解来访者的行为模式特点,这些信息对于咨询的顺利开展举足轻重。意象对话技术对于成人依恋的测量,最显著的优势就是可以绕过来访者“理性思考”的屏障,揭示他们的真实感受,这要比让其直接填写问卷或者回答“你小时候跟父母的关系如何”更加有效,有一名来访者自述小时候和父母关系很好,强调父母对他十分关爱的,但是在意象中却呈现出如下情况:两个看门人都没看清楚,而且根本不在意,领养的动物是一条黑白相间的蛇,另一个是有点像马但是是长翅膀的动物。大体上第一感觉就是他小时候和

父母之间的关系应该是疏远和冰冷的,并不像他所说的“很好”,仔细询问才知道,原来他小时候没有跟父母住在一起,父母因为工作关系将他放在爷爷家,直到上小学时才接到身边来。所以其实他对父母的印象是比较模糊的,但是出于一种防御心理,才说他和父母是亲近的。类似于这样的情况,意象对话是更加有效的测量方式。

参考文献

- [1] 朱建军.意象对话心理治疗,北京大学医学出版社,2006,7.
- [2] 王晓林.意象对话方法在人格测量中的应用研究,硕士论文.
- [3] 朱建军,孙新兰.意象对话技术,中国心理卫生杂志,1998,12卷5期:316-317.
- [4] 李菲茗,傅根耀.成人依恋问卷(AAQ3.1)的初步试用,中国临床心理学,2001,9卷3期:190-192.

(上接233页)

们的青年,要有理想”。并严肃的指出:“培养社会主义新人就是政治”。^[5]

4 强化社会公德、职业道德、家庭美德教育——中国特色未成年人思想道德建设体系的基础

《公民道德建设实施纲要》指出:“从我国历史和现实的国情出发,社会主义道德建设要以为人民服务为核心,以集体主义为原则,以爱祖国、爱人民、爱劳动、爱科学、爱社会主义为基本要求,以社会公德、职业道德、家庭美德为着力点。在公民道德建设中,应当把这些主要内容具体化、规范化,使之成为全体公民普遍认同和自觉遵守的行为准则。”并进一步指出:“高尚品德必须从小开始培养,从娃娃抓起。要在孩子懂事的时候,深入浅出地进行道德启蒙教育;要在孩子成长的过程中,循循善诱,以事明理,引导其分清是非,辨别善恶。”

《中共中央关于加强社会主义精神文明建设的若干重要问题的决议》也明确指出,

要大力倡导文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境、遵纪守法的社会公德,大力倡导爱岗敬业、诚实守信、办事公道、服务群众、奉献社会的职业道德,大力倡导尊老爱幼、男女平等、夫妻和睦、勤俭持家、邻里团结的家庭美德。强调:“加强青少年思想道德教育,是关系国家命运的大事。要帮助青少年树立远大理想,培养优良品德,形成爱党爱国、关心集体、尊敬师长、勤奋好学、团结互助、遵纪守法的风气。”

总之,社会公德、职业道德、家庭美德作为公民道德规范的主要方面,是公民思想道德素质的具体体现和展开,也是加强和改进未成年人思想道德建设的伦理基础。未成年人正处于长知识、长身体和世界观、人生观、价值观形成的关键时期,在加强和改进未成年人思想道德建设的过程中,积极开展社会公德、职业道德、家庭美德教育,对于培养他们忠于职守和履行社会职责、社会义务的自觉性,培养他们勤俭廉洁的高尚品质,从而自觉维护人与人之间的平等、友爱、互助的社会主义新型人际

关系,具有重要意义。

参考文献

- [1] 毛泽东著作选读(下册)[M].北京:人民出版社,1980:779页.
- [2] 张耀灿.中国共产党思想政治工作史论[M].北京:高等教育出版社,1999:347.
- [3] 江泽民论有中国特色社会主义(专题摘编)[M].北京:中央文献出版社,2002:421-422.
- [4] 邓小平文选(第三卷)[M].北京:人民出版社,1993:110.
- [5] 邓小平新时期思想政治工作理论学习概要[M].北京:学习出版社,1997:67.