

不同性別大學生的依附關係、個體化與適應之關係

蔡秀玲

吳麗娟

私立新埔工商專校人文科學科

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系

(收稿日期：1997年12月1日，接受登刊日期：1998年2月10日)

本研究旨在探討依附關係、個體化與大學適應之間的關係，以台北地區八所公立大學及獨立學院學生男211名，女233名共444名為研究對象。本研究使用「父母與同儕依附量表」、「個體化量表」與「大學適應量表」進行資料收集，所調查所得資料分別以t檢定、典型相關分析、多元逐步迴歸分析等統計方法進行處理。本研究主要發現如下：1.不同性別學生在同儕依附、功能獨立、情緒獨立、衝突獨立、目標承諾均有顯著差異。2.依附關係愈好的大學生，衝突獨立、人我分化愈高，然功能獨立、態度獨立、情緒獨立愈低。3.依附關係與個體化均可分別有效預測大學適應。4.父母依附高、同儕依附高、且人我分化高的大學生適應較好。

關鍵字：大學生、青少年、依附關係、個體化、適應

壹、研究動機與目的

青少年後期是個體生命週期中極重要且充滿挑戰的轉捩點，此階段除了追求自我認定、生涯定向外，也是轉換到成人角色及擔負責任的關鍵時期，因此，此階段的發展與適應是極重要的課題。無論是父母、老師或諮商輔導人員若不瞭解青少年的內在發展需求的話，常易導致師生衝突或親子衝突的產生，亦無法與青少年建立良好的關係，更遑論要有效地協助青少年成長。因此，青少年階段的發展需求與適應情形實有必要深入探討之。

根據精神分析理論的觀點，個體化任務乃持續不斷地在人生全程中發展，是重要的人生課題，而青少年階段則是重要的發展關鍵 (Anderson & Fleming, 1986; Daniele, 1990; Sabatelli & Mazar, 1985)。意即青少年要學習脫離父母的依賴，成為獨立的個體，個體若能順利完成個體化發展將可促成個體形成清晰的人我界限，以及穩固的自我認定 (陳秉華，民85)。Klimek & Anderson (1988) 指出約有25-30%的青少年會因面臨個體化的困難而表現出偏差行為、上癮行為、自傷行為、輟學、逃家、親子衝突、憂鬱症狀等。Bragan (1980) 與 Hoffman & Weiss (1987) 的研究也指出在大學諮商中心中，學生大部份的問題，如沮喪、焦慮、人際困擾、學業問題等都與個體化的困難有關。可見，個體化乃為大學生重要的發展任務，當學生面臨

個體化的掙扎時，將會引發許多外顯的行為問題或潛藏的心理困擾。因此，本研究將探討國內大學生的適應困難是否與個體化有關。

個體化的過程主要在家庭關係脈絡中發展，因此從家庭角度瞭解個體化過程實為必要。從依附理論來看，安全依附者較能克服分離焦慮，而願意向外探索，也較能有效調適壓力。客體關係 (object relationship) 學者 Mahler 則強調在「再回轉期」(rapprochement) 母親所提供的支持與肯定才能讓幼兒真正個體化；自體心理學 (Self psychology) 學者 Kohut 也指出個體要得到父母足夠的讚賞與同理才能建立獨特的自我。此外，家庭系統學者 Bowen 也主張若青少年欲藉由身體或情感上脫離家庭的依附關係以達成個體化，則將只是「假個體化」(pseudo-individuated) 或「偽裝自我」(false sense of self)。總之，許多文獻皆強調個體化需在支持、接納、同理、關愛的親子關係中發展，換言之，個體化的發展需以安全依附關係為後盾，安全的依附關係可讓個體與重要他人分離，並促進個體化發展。然而目前相關的實證研究尚付闕如，還需再深入探究 (Rice, 1995)。

近年來，國外學者將依附理論拓展應用到人生全程 (Ainsworth, 1989; Shaver & Hazen, 1988)，而實證研究也發現依附關係對於青少年的發展與適應仍有重大的影響力 (Lopez, 1995)。Rice & Whaley (1994) 指出要瞭解依附關係對發展與適應的重要性，大學生是最佳的研究對象，除了他們多數為第一次離家外，他們更面臨許多重要的發展議題（例如心理分離-個體化、生涯決定、發展親密關係等）與適應的挑戰（例如建立或改善學業技巧、管理情緒困擾等），在此時期將更加突顯親子依附關係的重要性。此外，朱瑞玲 (1996) 檢討近年國內有關家庭教育與親子關係的研究後，其進一步剖析親子關係研究可能建構的理論方向時指出，親子關係的性質可以從情感向度來探討，在依附理論的解釋架構下，更可整體瞭解親子關係的品質，以及其對子女發展與適應的影響。因此，本研究將從依附理論探討國內大學生的親子關係，以及此依附關係與大學生個體化發展和適應的關係。

中國傳統文化一向強調群體性，親子關係也以「共合」的方式存在，絕對不允許「分離」意識的產生，因為親子分離意味著「親子撕裂感」（余德慧，民77）。因此，我國大學生在追求個體化或獨立自主時，除分離焦慮外，對黏結的親子關係、父母的控制似乎也較常感到生氣，並且容易產生背叛、不孝等罪惡感或羞恥感，此將導致大學生在尋求個體化與連結的過程中遭遇更多的衝擊與掙扎。因此本研究將同時從依附與個體化理論的觀點進行探討，冀望更完整地瞭解家庭與青少年的關係，同時也釐清依附關係與個體化對國內大學生發展與適應的影響情形。此外，在社會化過程中，男性重視自主與分離，女性重視與他人的連結與關係 (Gilligan, 1982; Josselson, 1988)，故依附關係與個體化對男女而言，是否扮演不同的角色似乎也值得深入探究，因此本研究將就不同性別大學生的依附關係、個體化與適應情形做進一步的分析。

綜合上述的研究動機，本研究的研究目的如下：

1. 探討不同性別大學生在依附關係、個體化與大學適應的情形。
2. 探討依附關係、個體化與大學適應之間的關係。
3. 探討不同性別學生的依附關係、個體化與大學適應之關係。
4. 根據研究結果，提出具體建議，以作為未來相關研究、親職教育與輔導實務工作的參考。

基於上述的研究動機與目的，本研究主要探討的問題如下：

1. 不同性別的大學生在依附關係、個體化與大學適應的情形是否有差異？

2. 大學生的依附關係與個體化有何關係存在？
3. 依附關係、個體化與大學適應三者之間有何關係存在？
4. 不同性別學生的依附關係、個體化與大學適應的關係為何？

貳、文獻探討

一、依附關係與個體化

上大學後，無論是否離家，都代表個體化的開始 (Shulman, 1992)，青少年都將在依賴與獨立之間掙扎。傳統精神分析理論認為青少年階段要切斷與家庭的連結，才能有效完成個體化的發展，並建立家庭之外的關係，然而，近年來從整個家庭環境探討青少年發展的研究發現，溫暖的家庭環境，特別是具有溫暖的親子關係，是促進青少年獨立自主與個別化發展的主要力量 (Gecas & Seff, 1990)。因此，親子依附關係究竟是促進個體化發展或者阻礙個體化發展，仍無定論。

個體化發展於家庭關係脈絡中，歷年來許多研究已經從不同角度尋求與個體化相關的因素，例如從家庭因素中的父母分化水準（王嚮蕾，民 83；賈紅鶯，民 80；高明薇，民 85；Sabatelli & Mazor, 1985, 1990）、父母婚姻關係（鄭青玫，民 84；Daniles, 1990; Lopez, Campell, & Watkins, 1989）、父母管教方式（吳麗娟，民 86）、家庭結構 (Daniles, 1990) 等，但是從依附關係角度來研究個體化的研究則尚付闕如。近代學者強調自主與連結平衡的重要性，然而至今仍鮮少研究直接探討依附關係與個體化兩者之間的關係，未能深入瞭解如何在親密的家庭連結上，完成獨立自主的發展任務 (Kenny, 1994)，所以依附關係與個體化到底有何關係至今仍無一致定論，而此將是本研究探討的主題之一。

二、依附關係、個體化與大學適應

影響大學生活適應的因素可歸納為個人一般因素、個人心理特質因素、家庭因素、學校因素與社會支持因素，近年來，國外學者則從心理動力理論的角度深入分析適應問題的源由，其中主要是以依附與個體化兩個觀點來探討大學生的適應情形，茲將相關研究分述如下：

(一) 依附關係與大學適應

很多關於依附關係與大學適應的研究 (Holmbeck & Wandrie, 1993; Kenny, 1987; Kenny & Donaldson, 1991; Kobak & Sceery, 1988; Rice, 1990)，結果一致顯示依附關係在大多數新生的適應上扮演重要的角色。安全依附者感受到情緒支持的堡壘時，將會自信地面對發展與適應的挑戰，而不安全依附者對發展挑戰與新環境則會有逃避或焦慮的反應 (Rice & Whaley, 1994)，因此，與父母的依附關係是大学生抵抗發展任務壓力的有效緩衝器 (Armsden & Greenberg, 1987)，由依附關係中得到的安全感將促使個體在大學中適應良好。此外，依附關係的重要性似乎也會隨大學經驗而改變，例如 Lapsley, Rice, & FitzGerald (1990) 發現依附關係對大三學生的適應有較強的預測功能，高年級學生需面臨重要決定（決定主修科目），因此也更突顯依附關係的重要性。國外研究均支持依附關係對大學適應的重要性，至於國內大學生的依附關係是否也與適應有關則待深入研究。

(二) 個體化與大學適應

近年來學者以個體化的觀點研究大學生的發展與適應已蔚為潮流。研究發現個體化對大學生適應問題具有其重要性，然而結果大多支持「衝突獨立」（親子關係中免於感到衝突、罪惡感、怨恨者）和大學適應 (Lapsley, Rice, & Shadid, 1989; Lopez, 1991; Rice, Cole, & Lapsley, 1990)、個人適應 (Hoffman, 1984)、焦慮 (Lopez, Campbell, & Watkins, 1989) 有關，至於心理分離量表 (PSI) 的其他向度（功能獨立、態度獨立、情緒獨立）與大學適應的關係則未得到一致的結果 (Hoffman, 1984; Lopez, 1992a)，而且 Lopez (1986) 的研究發現個體化和女生的適應情形呈負相關，和男生的適應則無關連。總之，目前有關個體化與大學適應的結果仍有分歧，因此本研究將進一步探討國內大學生個體化與大學適應的關係。

ㄟ依附關係、個體化與大學適應

近年來，學者結合依附關係與個體化以瞭解其與大學生發展與適應的關係，Kenny & Donaldson (1992) 以依附、個體化為預測變項、大學適應為效標，發現具有父母依附關係、衝突獨立，且態度與父母相似的大學女生，在學業與個人適應方面得分高，此研究支持連結與個體化可促進適當的功能，尤其是衝突獨立者適應最好。Holmbeck & Wandrei (1993) 研究與大學適應（自尊、社會支持、焦慮、生理症狀）有關的關係因素（家庭凝聚力與適應力、依附關係）與個人因素（個體化、對離家的認知、人格變項等）發現大一學生有能力維持並調整與重要他人關係中親密與距離的平衡，對其心理健康很重要，而在決定大一新生的適應情形上，依附品質扮演較重要的角色。Clauss (1996) 則發現情緒適應與衝突獨立有關，社會適應與父母依附、衝突獨立有關。Silver (1995) 探討依附關係、個體化、因應技巧與大學適應的關係，結果亦發現安全依附與大學適應有顯著的正相關。此外，情緒獨立是情緒適應最重要的預測變項，也是學業適應的預測變項之一。

然而 Schulthesis & Blustein (1994b) 研究卻發現結合依附與個體化僅對大學女生的發展有預測力，但和大學適應情形則無相關；對男生方面的發展無關，和其適應只有部份假設得到支持，亦即高依附與衝突獨立僅與學業和情緒適應有關。Palladino & Blustein (1994) 研究結果也發現在適應方面，依附與個體化對女生適應並無顯著相關，而男生只有個體化（尤其是衝突獨立）與適應有關。Rice et al. (1995) 發現安全依附者適應較好，且安全依附者較為依賴，但是較少分離焦慮與負向情緒。

綜上所述，目前有關依附關係結合個體化與大學適應的實證研究結果相當分歧，因此本研究將結合依附關係與個體化對國內大學適應的問題進行研究，希望能瞭解究竟何者對國內大學生的適應狀況較為重要，並探討男女生的依附關係、個體化與大學適應的關係各為何，以供輔導諮商工作及親職教育參考，進而協助大學生減少適應困擾。

參、研究方法

一、研究對象

本研究以叢集抽樣的方式抽出台北地區八所公私立大學及獨立學院的學生共 479 名為研究對象，當受試者填寫完問卷之後，挑選出未婚、核心家庭出身的學生，並剔除填答不完全、有明顯反應心向者的問卷，最後得到有效樣本為男生 211 名，女生 233 名，共 444 人。

二、研究工具

(一)父母與同儕依附量表：

本研究依據此量表用來評估大學生知覺的依附關係，乃根據 Greenberg & Armsden (1987) 的「父母與同儕依附量表」(Inventory of Parent and Peer Attachment) 修訂而成，分為「父母依附」與「同儕依附」兩個分量表，兩個分量表的 Cronbach α 係數為 .93 與 .91，顯示本量表具良好信度。本研究以 LISREL 8.14 版統計軟體，對本量表的建構效度進行二階驗證式因素分析，「父母依附」與「同儕依附」兩分量表的因素負荷量介於 .46 至 1.00，所有項目的因素負荷量值皆達顯著水準，支持此量表具良好之建構效度，且「父母依附」與「同儕依附」分量表的相關未達顯著，表示此量表的區辨效度良好。

(二)個體化量表：

「個體化量表」乃研究者依據客體關係理論，並參考 Hoffman(1984) 的「心理分離量表」(Psychological Separation Inventory)，以及 Oliver et al.(1989) 所編製的「人我分化量表」(Self-Other Differentiation Scale) 修訂而成，用以測量大學生的個體化程度。共選取 86 題為正式量表題目，分為五個分量表，其名稱及意義說明如下：

1. 功能獨立：指青少年不需父母的協助，而能自己處理事情。
2. 態度獨立：指青少年與父母在信念、價值觀、態度等方面不一致。
3. 情緒獨立：指青少年不需過度需求父母的贊同、親密與情緒支持。
4. 衝突獨立：指青少年和父母的關係中並無罪惡感、怨恨、焦慮、生氣等負向情緒。
5. 人我分化：指在人我關係中能維持自我感，亦即人我界限清楚，有獨立的自我感。

進行內部一致性考驗後，求得各分量表的 Cronbach α 係數為 .84、.87、.89、.85、.86，可見各分量表皆具良好信度。對本量表的建構效度進行二階驗證式因素分析，結果顯示本量表各題項的因素負荷量皆達顯著，表示符合建構效度，然各分量表間的相關亦多達顯著，表區辨效度並不高。

(三)大學適應量表：

本量表乃根據 Baker & Siryk (1984) 的「大學適應問卷」(The Student Adaptation to College Questionnaire) 修訂而成。共分四個分量表：

1. 學業適應：指青少年的學習動機、所知覺的學業困難、所花費的心力及對課業的感覺。
2. 社會適應：指青少年對於社交活動、人際關係的滿意度、對同學的感覺、與異性朋友的關係及和其他學生相處的情形。
3. 情緒適應：指青少年心理及生理的健康問題，包括睡眠、情緒問題及壓力程度等，特別包括了心理和情緒的緊張以及生理症狀。
4. 目標承諾：指青少年對進大學的滿意程度與對自己就讀學校的感覺。

進行內部一致性分析後，求出各量表的 Cronbach α 係數分別為：「學業適應」為 .77、「情緒適應」為 .78、「社會適應」為 .78、「目標承諾」為 .79，而全量表 Cronbach α 係數則為 .90。對本量表的建構效度進行二階驗證式因素分析，各項目的因素負荷量皆達顯著，表示此量表具良好的建構效度，然各量表間的相關亦達顯著，表示此量表的區辨校度並不理想。

三、資料處理

問卷回收後，以 SPSS/WIN、LISERAL8.14 套裝程式進行各項統計分析。調查所得資料分別以 t 檢定、典型相關分析等統計方法進行處理。

肆、研究結果與討論

一、不同性別學生在依附關係、個體化、大學適應之差異情形

表一 不同性別學生在依附關係、個體化、大學適應的差異分析

變 項	男(n=211)		女(n=233)		df=442
	M	SD	M	SD	t值
依附關係					
父母依附	87.24	14.61	88.63	18.12	- .88
同儕依附	73.45	11.28	80.00	13.03	-5.63*
個體化					
功能獨立	40.46	7.53	37.94	8.64	3.26*
態度獨立	49.94	10.25	48.80	11.47	1.10
情緒獨立	66.81	12.49	60.62	13.81	4.93*
衝突獨立	89.60	11.46	92.36	13.46	-2.31*
人我分化	33.08	6.57	32.35	7.22	1.10
大學適應					
學業適應	63.81	9.57	63.84	9.72	- .03
情緒適應	43.00	7.36	42.88	7.19	.17
社會適應	53.91	7.62	55.00	8.03	-1.46
目標承諾	27.52	5.15	29.15	5.11	-3.35*

* p< .05

本研究結果顯示：

(一)大學生與父母的依附關係並不會因為性別而有所差異，然而在同儕依附關係上，大學男生的「同儕依附」得分顯著低於大學女生。

(二)大學男生比大學女生較不需要父母的建議與幫助、不會過度需求父母的贊同與支持，但在親子關係中似乎較具罪惡感、生氣、怨恨等情緒。然而大學男女生與父母的態度、想法一致性程度與在關係中維持獨立自我感的程度並無顯著的差別。

(三)大學男女生在學業、情緒與社會適應各方面並無差異，但大學男生對學校的滿意度低於大學女生。

二、 依附關係與個體化之典型相關分析結果

爲了分析依附關係與個體化之間的關係，分別以「父母依附」與「同儕依附」做爲 X 組變項，「功能獨立」、「態度獨立」、「情緒獨立」、「衝突獨立」、「人我分化」爲 Y 組變項進行典型相關分析。由於依附關係與個體化量表之中有部份分量表的相關較高，表示其區辨效度較不理想，因此，爲了避免過度概化研究結果，本研究更深入地進行典型因素係數的顯著性考驗 (Fan, 1997)，以瞭解兩組變項之間的典型相關組型，結果如下：

表二 X組變項（依附關係）與Y組變項（個體化）之典型因素組型及典型相關分析摘要表

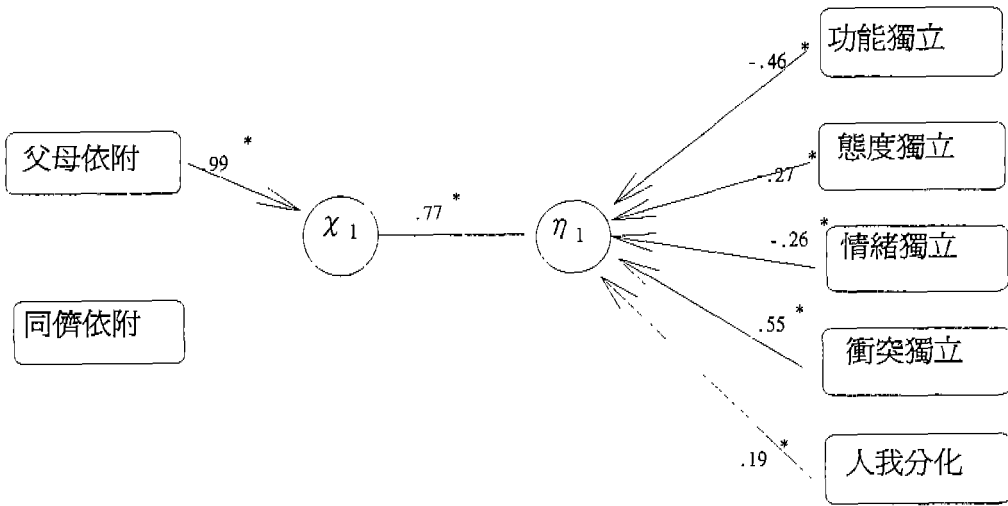
變項	典型變項	
	I (χ_1)	II (χ_2)
依附關係		
父母依附	-.989* (-13.25)	-.295 (-.06)
同儕依附	-.041 (- 1.00)	1.031 (.06)
	I (η_1)	II (η_2)
個體化		
功能獨立	.460* (7.36)	.849 (.14)
態度獨立	.270* (4.95)	-1.178 (-.14)
情緒獨立	.263* (4.26)	-.069 (-.08)
衝突獨立	-.547* (-12.81)	-.516 (-.14)
人我分化	-.187* (-4.19)	.000 (.00)
典型相關係數	.766*	.110
階層結構方程模式的比較	$H_0: \rho_1=0$ $\chi^2_{diff(df=7)}=392.15$ $p<.001$	$H_0: \rho_2=0$ $\chi^2_{diff(df=7)}=5.40$ $p>.25$

註：()內爲估計值除以估計標準誤所得t值

本研究結果發現：

1. 依附關係與個體化之間有典型相關存在，且只有第一個潛在變項達顯著水準，典型相關係數爲 .77。

2. 在依附關係的潛在變項 (χ_1) 主要是由「父母依附」所組成，而個體化的潛在變項 (η_1) 主要是由「功能獨立」、「態度獨立」、「情緒獨立」、「衝突獨立」與「人我分化」所組成。



圖一 依附關係與個體化的關係組型

3.「父母依附」與「功能獨立」、「態度獨立」與「情緒獨立」呈負相關，其關係型態為反方向；「父母依附」與「衝突獨立」、「人我分化」為正相關。

4.在個體化的所有典型因素係數中，以「功能獨立」與「衝突獨立」的係數最大。

本研究結果與 Rice (1990)、Rice et al. (1995) 的研究結果類似。Rice (1990) 發現家庭凝聚力 (cohesion) 與獨立向度 (功能獨立、情緒獨立、態度獨立) 的關係型態呈現相反方向，與衝突獨立則有正相關。Rice et al. (1995) 則發現安全依附的人在「衝突獨立」的分數較高，而在「功能獨立」、「態度獨立」、「情緒獨立」的分數都較低。

本研究結果發現大學時期確實是個體化發展的重要階段，如果父母提供安全的依附關係，將減少親子關係中的衝突情緒，而且也較能使個體的人我分化較高，亦即個體較不需要藉著順從他人、依賴他人以獲得自我價值感，較能獨立判斷，不會輕易受他人批評所左右，在關係中能發展出自我感，此研究結果更加肯定依附關係的正向價值。因此依附關係的確提供一安全堡壘，支持個體能和重要他人分離，並發展出對自己的信任與自我價值，成為獨立的個體。再者，在個體化的典型因素係數中最大的為「功能獨立」與「衝突獨立」，表示「父母依附」與兩者的關連最大。換言之，子女與父母的依附關係較安全，將父母視為一個重要的資源時，較會尋求父母的建議與協助，所以陷於困境時也會尋求父母的協助與撫慰。而在發展個體化任務時，也比較不會有生氣、羞愧、罪惡感等負向情緒。

本研究結果發現安全依附關係確實可以促進個體化 (衝突獨立、人我分化)，然而卻發現安全依附關係阻礙功能獨立、態度獨立與情緒獨立的发展。Rice (1990) 研究也發現家庭凝聚力 (cohesion) 與獨立向度 (功能獨立、情緒獨立、態度獨立) 的關係型態呈現相反方向，所以也許在親子關係中，子女有時需以功能依賴、情緒依賴、態度依賴作為與父母維持連結的方式，藉以獲得父母的愛，因為有時此三方面的獨立可能將會被視為「背叛」。另一方面，若進一步探討本研究所使用的個體化量表的內涵，可發現不需父母的建議、幫助 (功能獨立)、與父母的想法、態度不一致 (態度獨立)、不需過度需求父母的支持與贊同 (情緒獨立) 似乎與原先 Mahler 對個體化的定義有所差距，唯有「衝突獨立」與「人我分化」兩分量表

較符合個體化的定義。此外，Ryan & Lynch (1989)指出有些量表在測量自主時，實際上評估的是情感疏離，所以功能獨立、態度獨立、情緒獨立也可能測量的是情感疏離，而非獨立自主性。故本研究結果亦可能顯示出子女與父母依附關係愈強，在功能、態度、情緒上與父母愈不疏離，若由此觀點來看，亦為一合理的詮釋。因此，獨立自主性與疏離的分野待進一步的區分，尤其，如何測量出真正個體化的內涵，以及如何區辨適宜程度的獨立自主與依附關係似乎均需要進一步研究釐清。

此外，研究者認為本研究測得的依附關係也許更為複雜，可能又包含兩個潛在成分，一為情感連結的品質，一為情感距離。若情感連結品質高，個體將能感受被支持、被接納、擁有安全感，此將有利於衝突獨立與人我分化。但若情感距離過於黏結或疏離都將會阻礙個體獨立的發展。在過度親密黏結的家庭中，父母過度涉入的互動方式讓子女很難發展出積極的自我認定，也較無機會學習獨立或發現自己獨特的能力，結果將抑制個人的成長與發展（Quadrio & Levy, 1988），因此在功能、態度、情緒的獨立程度就偏低。不過青少年知覺的依附關係是否真的包含情感品質與距離兩者，實需要進一步的研究探討之，方能釐清依附關係的內涵。

整體觀之，本研究結果發現個體化發展與父母依附有重要的關連，個體化確實是發生在親子關係脈絡中，而無法藉由同儕依附關係達成個體化的發展，因此如何調整親子關係以符合青少年的發展需求，以及如何幫學生解決親子間的衝突情緒，以助其在關係中建立自我感，似乎是親職教育與諮商輔導的重要議題。

四、依附關係、個體化與大學適應之典型相關分析結果

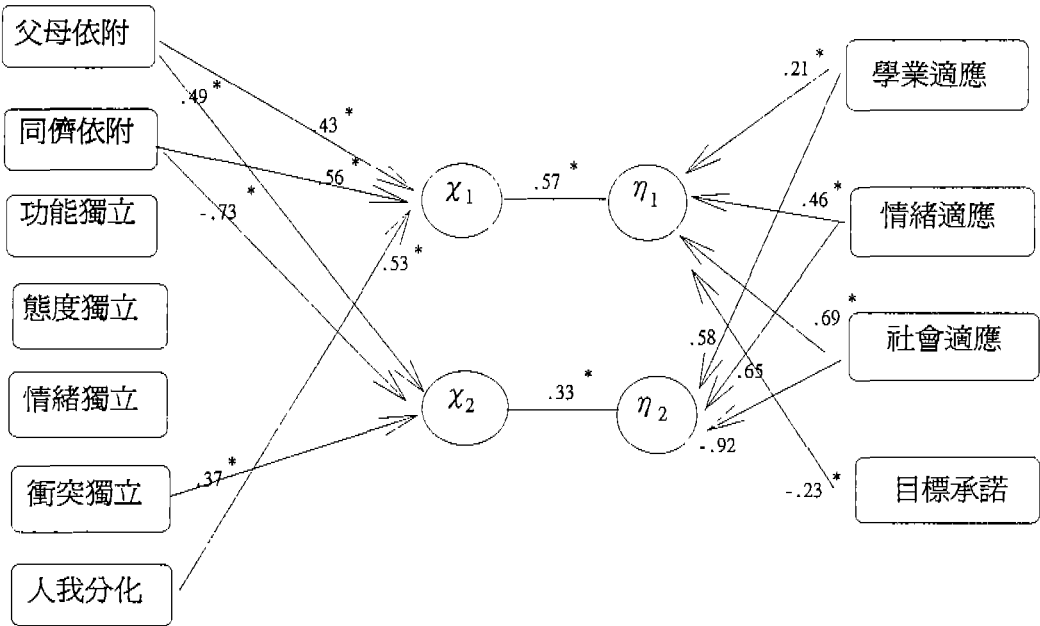
為了瞭解結合依附關係與個體化之後，其和大學適應的關係，因此以「父母依附」、「同儕依附」、「功能獨立」、「態度獨立」、「情緒獨立」、「衝突獨立」、「人我分化」為X組變項，「學業適應」、「情緒適應」、「社會適應」、「目標承諾」為Y組變項，進行典型相關分析，並進行顯著性考驗，以避免過度概化，以瞭解兩組之間的關係組型，結果如圖二。

本研究結果顯示大學生若「獨立自主」與「連結」兼具，將有利其大學適應。換言之，適應良好的人需要有良好的父母依附、同儕依附關係，而且亦要有良好的人我分化的發展。Moore(1987)指出適應好的人通常是自主性高，而且親子間有正向的關係，Bowen (1978)也指出藉著身體或情緒的疏離，脫離家庭依附關係以達到自主，此將只是偽裝個體化(pseudo-individuated)或者只是「偽裝我」(false sense of self)，此將造成更嚴重的困擾。

此外，研究結果亦顯示 α_1 中典型因素係數最大的是「同儕依附」，同儕的影響力增加，此似乎反映出同儕關係對大學生的重要性。對大學生而言建立家庭外的關係亦是重要的發展任務，不過同儕關係良好的同時也要維持與父母的良好關係，才能算是健康的發展。除第一組關係組型顯示父母依附與同儕依附都得同時兼具才利於適應外，從第二組關係組型(α_2 - η_2)也可看出與同儕有安全依附，但若與父母依附關係不夠安全的話，即使在社會適應良好，但學業與情緒方面都有不良適應的傾向。

本研究結果的第二個潛在變項(η_2)無法找到顯著的關係組型，不過典型係數最大的是「社會適應」。由結果可推知若個體與父母有安全的依附關係，且親子間無衝突的情緒，但是和同儕的依附關係卻是不安全的話，此可能會影響其社會適應。一般而言，若與父母有良

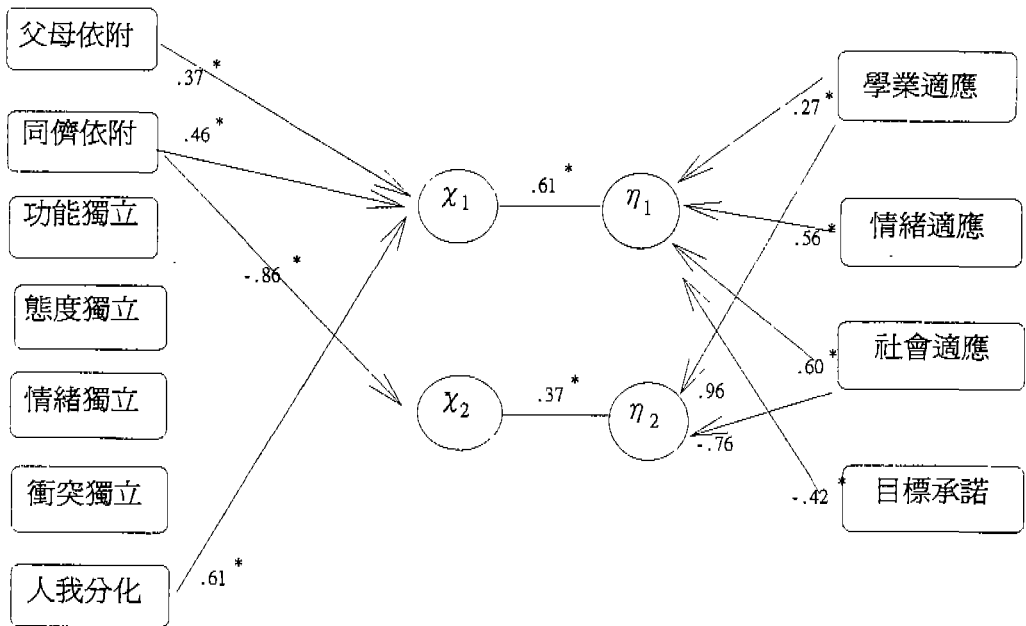
好的依附關係，則其對自己與他人均持正向看法，也較有能力與他人建立良好關係，但是第二個潛在變項卻顯示出父母依附與同儕依附是不同方向的，似乎反映出依附關係內涵的複雜，研究者認為此潛在變項可能指的是依附關係中的情感距離，亦即親子間的黏結程度。可能是因個體與父母太過黏結，子女無法離開父母建立家庭之外的關係，而父母一方面可能希望子女留在身邊，擔心子女會花太多時間與朋友相處，怕子女離開自己，一方面可能源於過度保護的心態，害怕子女交到壞朋友，所以可能會不自覺地阻礙子女建立其他的同儕關係，因此即使親子間有安全的依附關係，但並未協助個體建立安全的同儕依附關係，反而阻礙其社會適應。本研究也發現功能獨立、態度獨立、情緒獨立和大學適應並無顯著關係，此結果與Kenny (1990)、Rice, Cole & Lapsley (1990)的研究結果類似。此外，Frank, Pirsch & Wright (1990)的研究結果也發現，「自主」無法預測心理健康，僅有「連結」與「不安全感」可顯著預測心理健康，不過「自主」可以預測自我認定的發展。所以「獨立自主」與「個體的發展」可能較有關連，但可能與適應情形較無直接關連，此待進一步的研究探討。



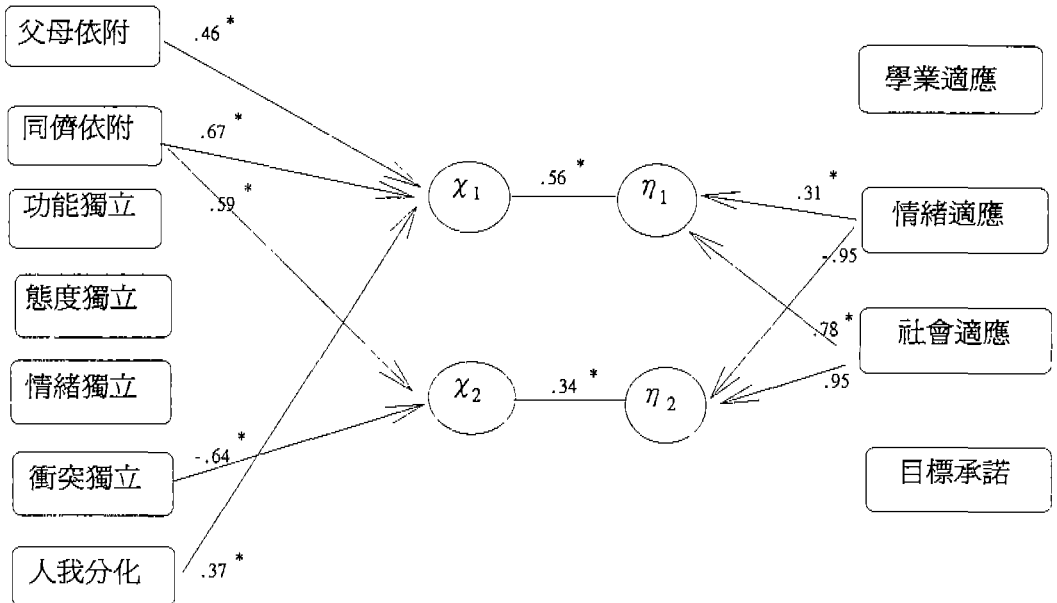
圖二 依附關係、個體化與大學適應的關係組型

五、不同性別學生的依附關係、個體化與大學適應的典型相關

本研究又進一步將男女樣本分開進行資料處理，以瞭解男女大學生依附關係、個體化與大學適應的關係組型，結果如下：



圖三 大學男生的依附關係、個體化與大學適應的關係組型



圖四 大學女生的依附關係、個體化與大學適應的關係組型

在男女生的第一組關係組型中均發現「父母依附」、「同儕依附」、「人我分化」與大學適應的關連最大，結果顯示兼具自主與連結兩者對大學男生或大學女生的大學適應情形均具有同樣的重要性。不過由本研究結果的第一組典型因素係數的大小也可看出，「人我分化」

對大學男生而言較重要，而「同儕依附」對大學女生而言較重要。此似乎也顯示男女所重視的不同，大學男生強調獨立，比較重視在關係中要維持自我感，而且當其具有人我分化的獨立自主性時，其在各方面的適應也較佳。但大學女生似乎較重視同儕關係的建立，如 Gilligan (1982) 所言，女性的發展歷程與男性不同，通常女性在建立關係之後，才去發展獨立的自我感，因此也可瞭解本研究顯現的結果中，大學女生的同儕依附關係顯得更重要，對其情緒適應與社會適應的影響也較大。

此外，男女生 Y 組的第二個潛在變項 (η_2) 皆無法找到顯著的關係組型，不過藉由典型因素係數的大小也可看出男女差異的傾向：大學男生同儕依附低，似乎其有社會適應不佳的傾向，然而學業適應卻有較佳的傾向。此傾向似乎也反映出大學男生的自我價值感的立足點可能在「關係」上，也可能在「成就」上，對大學男生而言兩者似乎很難並存。蓋在同儕關係疏離之際，其社會適應自然不佳，而生活重心也易轉於學業方面，而專心致力於學業的精進，故有較佳的學業適應。反過來看，大學男生但若和同儕建立良好的依附關係可能會荒廢學業，造成學業適應不佳的情形。因此，對大學男生而言似乎「成就」與「關係」兩者是衝突對立的，大學男生在取得兩者的平衡關係上遭遇較多的困難。

就大學女生的第二個關係組型而言，顯示出大學女生若與同儕有安全依附，但親子之間有衝突情緒的話，其社會適應有較良好的傾向，但是情緒適應則有較差的傾向。似乎也反映出大學女生的情緒似乎受親子關係的品質影響較大，但由於女性的關係需求較強，若親子無法發展良好的依附關係，其將轉向同儕尋求依附，而有良好的社會適應，但即使具有良好的同儕依附關係似乎不能真正完全滿足大學女生的情感需求，所以其心中仍缺乏安全感，而有情緒適應的困擾。也許因為親子關係有衝突的情緒，就難以感受到正向的連結或父母親的愛，此對大學女生而言是一大威脅，因此也可能會有較多的情緒問題。另外也可能由於大學女生更重視關係連結，此階段想離開父母的管束，追求獨立，但內心又渴望父母關愛與照顧，此種趨避衝突，也讓大學女生有更多的焦慮、不安、罪惡感或生氣，即使能與他人建立密切人際關係，但與原生家庭的情緒未解，故影響其情緒適應。

此外，比較男、大學女生的第二組型後發現不同性別有不同的關係組型存在。大學男生的第二個潛在變項 (χ_2) 主要由「同儕依附」構成，大學女生則由「同儕依附」與「衝突獨立」構成。在國外研究中皆發現「衝突獨立」與大學適應的重要關係 (Hoffman, 1984; Kenney & Donaldson, 1992; Lapsley et al., 1989; Lopez et al., 1988、1989a、1989b; Rice et al., 1990)，但此關係卻未在大學男生的關係組型中發現，然而由本研究性別差異的結果中，可發現大學男生的「衝突獨立」實際上顯著低於女生，男生與父母其實有較多的負向情緒，然此並未影響其大學適應的情形，此結果讓研究者不禁懷疑大學男生的衝突獨立與適應無關可能只是反映出男生性的自我防衛，藉由壓抑或否認等方式讓自己不會受親子間的衝突情緒影響到自己的適應情形。此外，男性似乎也較不允許自己去感覺衝突，通常較以認知理性主導一切，也比較不被鼓勵直接表達情緒，或不准太過情緒化，受情緒的左右，因此大學男生表面上不受衝突獨立的影響，然而內心深層的掙扎，可能需要進一步深度訪談方能得知，有待未來研究再釐清。

伍、結論

綜上所述，本研究結果可以歸納如下：

1. 不同性別學生在同儕依附、功能獨立、情緒獨立、衝突獨立、目標承諾均有顯著差異。
2. 依附關係愈安全的大學生，對父母愈無負向情緒，人我分化也愈高，然功能獨立、態度獨立、情緒獨立愈低。
3. 父母依附愈安全、同儕依附愈安全、且人我分化清楚的大學男女生適應較好。

根據本研究結果討論與相關文獻，茲對輔導應用方面提出幾點建議如下：

(一)親子間需維持安全的依附關係，並且在此關係中鼓勵青少年子女獨立自主。

本研究發現親子依附關係對大學生而言仍然重要，除可以協助適應大學各方面的挑戰外，也可協助人我分化的發展。與父母依附關係可提供安全感及心理上的穩定，若無此基礎將會感到孤單與疏離、適應不良，而若只有依附卻無鼓勵自主的話也將會讓人失去自我，延宕其自我發展，因此在安全的依附關係下鼓勵自主是最適宜的親子關係。在安全親子依附關係下，父母鼓勵子女獨立自主，而且在親子互動中也讓子女學會為自己負責，並鼓勵子女表達自己的想法、意見與感受，尊重彼此的差異，讓子女瞭解到「做自己」並非等於「背叛」，也不會被拒絕或拋棄，而父母在子女需要時仍會給予無條件的情感支持，此將可使青少年更健康地發展自我。

(二)父母需面對並接納青少年個體化的需求，調整家庭系統的互動方式與結構，允許子女獨立。此外，個體化過程中，建議父母也需包容自己本身與子女的焦慮。

個體化是一個不斷發展的互動過程，親子雙方都需瞭解真正健康的關係是能平衡依附關係與個體化，兩者絕非相互衝突，而能相輔相成。隨著子女的發展需求，家庭系統也需要彈性調整。當青少年日趨成熟，並試著離開原生家庭時，家庭系統內將有不同的衝突與緊張，家中成員也面臨建立新界限與關係的任務。Wechter (1983)主張家庭要支持青少年適宜的個體化，父母需鼓勵自主，鞏固自己的婚姻關係，減少會侵擾子女生活或妨礙脫離過程的親子互動。結構家庭理論(Minuchin, 1974; Teyber, 1981)也主張青少年晚期最適宜的家庭結構，其特徵為清楚的人我界限、極強而穩定的婚姻聯盟，父母需維持階層的權威，避免和孩子形成不適宜的跨代聯盟。

分離或個體化對大多數家庭都很困難，尤其它帶來害怕與焦慮，此負向情緒會限制個人成長且無限期延後個體化的過程。個體化過程中的衝突情緒是身為父母、老師、諮商員、甚至青少年本身應該瞭解與接納的部份，而如何處理個體化過程中衝突、愛恨交織的情緒也亦顯重要。因此，當青少年知覺到心理分離的失落感時，更需父母情感的支持與肯定，才能過此階段。然而此時父母本身可能對子女的獨立也倍感威脅或也有失落感，因此需要同時包容自己本身與子女的焦慮，子女成長的同時，父母本身也成長，如此才能讓個體化順利發展。

(三)諮商輔導人員可以從依附、個體化的觀點來瞭解大學生呈現的問題。

本研究結果發現依附關係、個體化和大學適應確實有所關連。從研究可知，安全依附關係將可促進適應情形，因此除了工具性的支持外，父母或同儕提供情感支持關係也是很重要的社會資源。另外，依附關係與社會適應最有關連，人際的衝突可能呈現個人在與人連結的困難，所以依附理論提供一個參考架構，讓我們也可由此瞭解案主的問題。

對於大學生的適應問題，很多人都將之簡化為因剛到新環境還未適應，過一陣子就好了，反而忽略其深層內心結構的衝突。從個體化的觀點，可以瞭解學生的問題可能正反映其潛在的分離焦慮、心理失落感或者離合衝突。再者，本研究亦發現男生與父母之間有較多的衝突情緒，然而並未顯現出適應困難的情形，由於無外顯的適應困擾，因此有個體化掙扎的大學男生也容易讓我們忽略，此乃諮商輔導人員所需注意的。總之，從依附關係與個體化的角度

可以提供更豐富的訊息，也可以更有效地提供介入與預防學生的發展、適應問題。

四諮商員需要瞭解個體化困難的緣由，幫助青少年處理內心衝突的情緒，協助案主健康個體化。

本研究發現個體化確實與親子關係有密切關連，同儕依附關係反而沒有直接關係，因此，當大學生來談時所呈現的問題源於個體化的困難時，諮商員要能覺察案主可能的衝突情緒，並從原生家庭經驗著手工作。其實，鼓勵分離或距離並不是最好的治療方式，而是要讓案主瞭解自己家中的動力，以避免自己又陷入情緒混淆而不自知，或者背著家人同行，反而窒礙案主自己的發展與適應。

從研究也可發現個案呈現個體化的困難，最重要的因素是分離焦慮、衝突情緒，是否功能獨立、態度獨立、情緒獨立反而顯得不是那麼要緊，因此諮商員在介入時若能解決分離的焦慮、生氣、罪惡感等情緒，將可促進心理健康。諮商員無法改變案主親子關係，但可協助案主看清自己在此關係中扮演的角色，協助案主探索、覺察並表達對父母的衝突情緒與自己內心的渴望，進而對父母與自己有新的瞭解，而願意放下 (let go) 過去、放開自己，以建立獨立的個體。此外，諮商員的同理、支持、瞭解與無條件接納也能讓案主有安全感，有勇氣去面對個體化的衝突，而在諮商關係中也可修通 (work through) 個體化的困難，尤其是結案時的哀悼 (mourning) 過程，談談案主對分離、獨立自主的的矛盾情緒，將可讓案主更能準備好去面對以後的分離或自己的個體化掙扎。

總之，研究者認為處理個體化的問題可從兩方面著手：

1. 由親職教育與家族治療處理家庭分化的課題，幫助父母本身發展個體化，並支持整個家庭系統面對個體改變的焦慮。
2. 由諮商員提供矯正性經驗，讓案主有勇氣跳出原生家庭的窠臼，學習建立界限，跳出共舞的糾纏中，不再讓自己背著家庭同行。

參考文獻

- 朱瑞玲（民 85）：家庭教化與親子關係研究之檢討。中央研究院民族學研究所小型專題研討會系列之十六。
- 余德慧（民 77）：中國人的父母經—黏結與親情。台北市：張老師。
- 吳麗娟（民 86）：父母自我分化、教養方式對青少年子女自我分化、因應方式及適應影響之研究。行政院國家科學委員會專題研究計畫，未出版。
- 陳秉華（民 85）：心理諮商中分離 - 個體化衝突改變歷程研究。行政院國家科學委員會專題研究計畫。
- 惠風（民 84）：大一學生原生家庭經驗、心理分離 - 個體化、與情緒適應之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 賈紅鶯（民 80）：父母自我分化、子女自我分化與子女適應水準之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 劉惠琴（民 70）：大學女生的性別角色與事業態度之關係研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 鄭青玫（民 84）：後青春期末大學男生知覺之父母婚姻狀況對其個體化影響之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。

- Anderson, S. & Fleming, W. M. (1986). Late adolescents' identity formation: individuation from the family of origin. *Adolescence*, 21(84), 785-796.
- Armsden, G. C. & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of parent and peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454.
- Baker, R. W. & Siryk, B. (1986). Exploratory intervention with a scale measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 31-38.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Basic Books.
- Bragan, K. (1980). Separation conflicts and therapeutic strategies. *Journal of the American College Health Association*, 28, 222-224.
- Cashdan, S. (1988). *Object Relations Therapy: Using the relationship*. W. W. Norton & Company, Inc.
- Clauss, K. (1996). *The Relationships of Family Style, Family Competence, Parental Attachment, Self-Esteem, and Separation-Individuation with Social and Emotional Adjustt to College of First-Year Students*. Selton Hall University. DAO AAC 9535929
- Daniels, J. A.(1990). Adolescent separation-individuation and family transitions. *Adolescence*, 25(97), 105-116.
- Fan, Xitao. (1997). Canonical correlation analysis and structural equation modeling: What do they have in common? *Structure Equation Modeling*, 4(1), 65-79.
- Frank, S. J., Pirsch, L. A., & Wrigly, V. C. (1990). Late adolescents' perceptions of their relationships with their parents: relationships among deidealization, autonomy, relatedness, and insecurity and implications for adolescent adjustment and ego identity status. *Journal of Youth and Adolescence*, 19(6), 571-587.
- Gecas, V. & Seff, M. A. (1990). Families and adolescents: A review of the 1990s. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 941-958.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.
- Hoffman, J. A. & Weiss, B. (1987). Family Dynamics and Presenting Problems in College Students. *Journal of Counseling Psychology*, 34(2), 157-163.
- Hoffman, J. A. (1984). Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 170-178.
- Holmbeck, G. N. & Wandrei, M. L. (1993). Individual and relational predictors of adjustment in first-year college student. *Journal of Counseling Psychology*, 40(1), 73-78.
- Josselson, R. (1988). The embedded self: I and thou revisited. In D. K. Lapsley & F. C. Clark(Eds.). *Self, ego, and identity: Intergrative approaches* (pp.91-106). New York: Spring-Verlag.
- Kenny, M. E. & Donaldson, G. A. (1991). Contributions of parental attachment and family structure to the social and psychological functioning of first-year college students. *Journal of Counseling Psychology*, 38, 479-486.
- Kenny, M. E. & Donaldson, G. A. (1992). The Relationship of parental attachment and

- psychological separation to the adjustment of first-year college women. *Journal of College Student Development*, 33, 431-438.
- Kenny, M. E. & Hart, K. (1992). Relationship between parental attachment and eating disorders in an inpatient and a college sample. *Journal of counseling Psychology*, 39(4), 521-526.
- Kenny, M. E. & Perez, V. (1996). Attachment and psychological well being among racially and ethnically diverse first-year college students. *Journal of College Student Development*, 37(5), 527-535.
- Kenny, M. E. & Rice, K. G. (1995). Attachment to parents and adjustment in late adolescent college students: current status, Applications, and future considerations. *The Counseling psychologist*, 23(3), 433-456.
- Kenny, M. E. (1987). The extent and function of parental attachment among first-year college students. *Journal of youth and Adolescence*, 16(1), 17-29.
- Kenny, M. E. (1994). Quality and correlates of parental attachment among late adolescents. *Journal of Counseling and Development*, 72, 399-403.
- Klimek, D. & Anderson, M. (1988). *Inner world, outer world: understanding the struggles of adolescence*. ED 290118.
- Lapsley, D. K., Rice, K. G., & Shadid, G. E. (1989). Psychological separation and adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 36(3), 286-294. Larson, J. H. (1995). The use of family systems theory to explain and treat career decision problems in late adolescence: a review. *The American Journal of Family Therapy*, 23(4), 328-337.
- Lapsley, D. K., Rice, K. G., & FitzGerald, D. P. (1990). Adolescent attachment, identity, and adjustment to college: implications for the continuity of adaptation hypothesis. *Journal of Counseling and Development*, 68, 561-565.
- Lopez, F. G. (1991). Patterns of family conflict and their relation to college student adjustment. *Journal of Counseling and Development*, 9, 257-260.
- Lopez, F. G., Campbell, V. L., & Watkins, C. E. (1988). Family structure, psychological separation, and college adjustment: a canonical analysis and cross-validation. *Journal of Counseling Psychology*, 35(4), 402-409.
- Moore, D. (1987). Parent-adolescent separation: the construction of adulthood by late adolescents. *Developmental Psychology*, 23(2), 298-307.
- Olver, R. R., Aries, E., & Batgos, J. (1990). Self-other differentiation and the mother-child relationship: the effects of sex and birth order. *Journal of Genetic Psychology*, 150(3), 311-321.
- Palladino, D. & Blustewin, D. L. (1994). Contributions of family relationship factors to the identity formation process. *Journal of Counseling and Development*, 73, 159-166.
- Rice, K. G. & Whaley, T. J. (1994). A short-term longitudinal study of within-semester stability and change in attachment and college student adjustment. *Journal of College Student Development*, 35, 324-330.
- Rice, K. G. (1990). Attachment in adolescence: A narrative and meta-analytic review.

Journal of Youth and Adolescence, 19(5), 511-538.

Rice, K. G. (1992). Separation-individuation and adjustment to college: a longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 39(2), 203-213.

Rice, K. G., Cole, D. A., & Lapsley, D. K. (1990). Separation-individuation, family cohesion, and adjustment to college: measurement validation and test of a theoretical model. *Journal of Counseling Psychology*, 37(2), 195-202.

Rice, K. G., Fitzgerald, D. P., Whaley, T. J., & Gibbs, C. L. (1995) Cross-sectional and longitudinal examination of attachment, separation-individuation, and college student adjustment. *Journal of Counseling and Development*, 73, 463-474.

Schulman, L. M. (1992). *The Relationship of College Residential Status of Freshmen to Identity Achievement, Psychological Separation, and Maturity of Relationship to Parents*. New York University Doctoral Dissertation.

Schultheiss, D. E. & Blustein, D. L. (1994b). Role of adolescent-parent relationships in college student development and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 41(2), 248-255.

Shaver, P. R. & Hazen, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personality Relationship*, 5, 473-501.

Silver A. R. (1995). *College Adjustment: Relationships to Attachment Security, Separation- Individuation, and Style of Coping*. Selton Hall University. DAO AAC 9535463.

Bulletin of Educational Psychology, 1998, 30(1), 73-90
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Attachment 、individuation and college students' adjustment

Hsiu-Ling Tsai

*Department of Human Science
St. John's & St. Mary's Institute
of Technology*

Li-Chuan Wu

*Department of Educational Psychology
and Counseling
National Taiwan Normal University
Taipei, Taiwan, R.O.C.*

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the relationships among attachment, individuation and college adjustment. The sample consisted of 444 students from eight universities and colleges in Taipei. Instruments used in this study were "Inventory of Parent and Peer Attachment", "Individuation Inventory" and "College Adjustment Inventory". Data was analyzed by T-test and canonical correlation analysis. The main findings were as follows: (1) Men showed more functional independence, emotional independence, conflictual independence and lesser peer attachment and goal commitment than did women. (2) Individuals who experienced more parental attachment showed greater conflictual independence, self-other differentiation, functional dependence, attitudinal dependence and emotional dependence. (3) Those men who exhibited stronger parent attachment, peer attachment in conjunction with greater self-other differentiation were better in academic adjustment, emotional adjustment and social adjustment, however, were worse in goal commitment. Moreover, men who only exhibited stronger peer attachment were more likely to be worse in academic adjustment. Females who exhibited stronger parent attachment, peers attachment in conjunction with greater self-other differentiation were better in emotional adjustment and social adjustment. Moreover, females who exhibited stronger peer attachment in conjunction with lesser conflictual independence tend to be worse in emotional adjustment.

Keywords: adjustment, adolescent, attachment, college, separation-individuation