

# 大学生同伴依恋特点 及其对日常情绪体验的影响

李磊 张 緬 罗 俊 张子涵 邹向俊

武汉轻工大学心理健康教育与咨询中心，武汉

**摘 要** | 目的：探讨同伴依恋对大学生日常情绪体验的影响。方法：采用同伴依恋量表、正负性情感量表对972名大学生进行调查。结果：（1）女大学生的同伴依恋水平显著高于男大学生，有留守经历大学生的同伴依恋水平显著高于非留守经历大学生，大二年级学生与大一、大三年级学生相比同伴依恋水平更低；（2）同伴依恋与大学生日常正性情绪体验呈显著正相关，与大学生日常负性情绪体验显著负相关；（3）同伴沟通对大学生日常正性情绪体验有显著正向预测作用，同伴疏离对大学生日常负性情绪体验有显著正向预测作用，同伴信任和同伴沟通对大学生日常负性情绪体验有显著负向预测作用。结论：同伴依恋可以预测大学生日常正性情绪体验和负性情绪体验。

**关键词** | 同伴依恋；日常正性情绪体验；日常负性情绪体验

Copyright © 2022 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



同伴依恋是指青少年与同伴之间建立起来的亲密感受及相互给予温暖与支持的关系<sup>[1]</sup>。以往研究证实，良好的同伴依恋不仅有助于个体赢得同伴的认可与接纳，满足社会需要，减弱青春期困惑和不安，而且还能够提高青少年的社会适应能力、学业成就、自我效能感、主观幸福感和生命意义感，促进其心理健康发展，而同伴依恋关系不良则会使个体遭受同伴拒绝与孤立，导致个体产生孤独、焦虑、抑郁等消极情绪，表现出更多的攻击违规行为、网络成瘾问题和手机使用<sup>[2]</sup>。因此，同伴依恋需要的满足状况对青少年心理健康有至关重要的影响。

日常情绪体验是指体验主观感知并意识到的情绪状态<sup>[3]</sup>。根据情绪效价，日常情绪体验可分为积极情绪体验和消极情绪体验。沃森（Watson）等人的研究<sup>[4]</sup>显示积极情绪体验与消极情绪体验之间的相关很低，且这一低相关具有跨指导语的稳定性（让被试评定在不同时间段如当前、今天、过去几天或几周对不同情绪的体验频率）。他们认为积极情绪体验与消极情绪体验是两个相互独立的维度，积极情绪

基金项目：2021年度武汉轻工大学校立科研项目（编号：2021S79）。

通讯作者：李磊，武汉轻工大学讲师，硕士，研究方向：积极心理学、大学生心理健康。

文章引用：李磊，张緬，罗俊，等. 大学生同伴依恋特点及其对日常情绪体验的影响[J]. 中国心理学前沿, 2022, 4(11): 1269-1275.  
<https://doi.org/10.35534/pc.0411149>

体验反映的是个体对环境良好的适应及个体感知到的热情、积极和警觉水平。高的积极情绪体验是一种精力充沛、全神贯注、欣然投入的状态,而低的积极情绪体验则表现为悲哀和失神无力;消极情绪体验是一种心情低落和陷于不愉快激活境况的基本主观体验,包括各种令人生厌的情绪状态,例如愤怒、羞耻、憎恶、负疚、恐惧和紧张等,低的消极情绪体验是一种平和与宁静的状态。

众多研究证实正负性情绪与个体心理健康状况关系密切。有研究发现,积极情绪体验与焦虑和抑郁呈负相关,消极情绪体验与焦虑、抑郁等呈正相关<sup>[5]</sup>。过多的消极情绪体验是焦虑症、抑郁症等常见心理疾病的核心症状。焦虑和抑郁是大学生群体中发病率最高的情绪障碍,因此关注大学生日常情绪体验就显得尤为重要。有研究以10~17岁中小学生对为研究对象探讨了不同年级学生日常积极情绪体验和日常消极情绪体验与同伴依恋之间的关系,发现同伴依恋正向预测中小学生的积极情绪体验,但在预测消极情绪体验上出现了年龄差异,同伴依恋可以负向预测高中生的消极情绪体验,但对小学生和初中生的消极情绪体验无预测作用<sup>[6]</sup>。同伴依恋对大学生群体日常情绪体验关系如何呢?目前国内尚无相关研究。

本研究意欲探讨同伴依恋与大学生日常情绪体验之间的关系,以便为大学生心理问题的干预提供一条具有实际参考意义的路径和方法。

## 1 对象与方法

### 1.1 被试

采取方便取样法,以武汉轻工大学、湖北医药学院、江西应用技术职业学院3所高校共972名大学生作为调查对象。其中男生446人,女生526人;大一学生330人,大二学生326人,大三学生316人。

### 1.2 研究工具

#### 1.2.1 同伴依恋问卷

采用格伊·阿姆斯登和马克·格林博格(Gay Armsden and Mark Greenberg, 1987)编制,宋海荣(2004)修订的“父母和同伴依恋问卷”(the inventory of parent and peer attachment, IPPA)中的同伴依恋分量表<sup>[7]</sup>,共25个项目,包含了三个维度:信任(共10题,反映同伴间相互理解和尊重的程度)、沟通(共8题,反映同伴间相互交流沟通的程度)、疏离(共7题,反映同伴间情感孤立的程度)。采用5点计分,部分项目反向计分后,所有项目得分相加得同伴依恋总分,分数越高,表明被试同伴依恋质量越高。该量表的Cronbach' $\alpha$ 系统为0.89。

#### 1.2.2 正负性情感量表(中文修订版)

采用沃森(Watson, 1988)编制,黄丽(2003)等人修订的正负性情感量表中文修订版量表(positive and negative affect schedule, PANAS)<sup>[8]</sup>,共20个形容词组成,包括两个情绪维度:正性情绪(10个)和负性情绪(10个)。采用5点计分,量表总体Cronbach' $\alpha$ 系数为0.82,正、负性情绪的Cronbach' $\alpha$ 系数分别为0.85和0.83。

### 1.3 数据分析

采用SPSS 17.0软件进行数据统计和分析,采用独立样本T检验、单因素方差分析、Pearson相关分

析的方法和多元逐步回归分析。

## 2 研究结果

### 2.1 大学生同伴依恋与日常情绪体验的特点

#### 2.1.1 不同基本特征下的大学生同伴依恋得分比较

如表 1 所示,采用独立样本 T 检验和单因素方差分析显示性别、年级和留守经历情况是影响大学生同伴依恋水平的因素,其中女大学生的同伴依恋水平显著高于男大学生,有留守经历大学生的同伴依恋水平显著高于非留守经历大学生;对年级变量进一步分析显示,大一年级学生同伴依恋水平显著高于大二年级学生 ( $p=0.005$ ),大三年级学生同伴依恋水平显著高于大二年级学生 ( $p=0.015$ ),而大一年级和大三年级学生同伴依恋水平没有显著差别 ( $p=0.746$ ),表明大二年级学生与大一、大三年级学生相比同伴依恋水平更低。

表 1 不同基本特征下大学生同伴依恋得分比较

Table 1 Comparison of peer attachment scores among college students with different basic characteristics

| 项目     | <i>n</i> | 同伴依恋得分 $\bar{x} \pm s$ | <i>F/t</i> 值 | <i>p</i> 值 |
|--------|----------|------------------------|--------------|------------|
| 性别     |          |                        |              |            |
| 男      | 446      | 84.27 ± 12.34          | -6.85***     | 0.000      |
| 女      | 526      | 89.62 ± 11.89          |              |            |
| 年级     |          |                        |              |            |
| 大一     | 330      | 88.17 ± 13.56          | 4.632**      | 0.01       |
| 大二     | 326      | 85.48 ± 11.46          |              |            |
| 大三     | 316      | 87.85 ± 11.88          |              |            |
| 是否独生子女 |          |                        |              |            |
| 独生子女   | 386      | 86.88 ± 12.86          | -0.574       | 0.566      |
| 非独生子女  | 586      | 87.35 ± 12.07          |              |            |
| 留守经历情况 |          |                        |              |            |
| 留守经历   | 553      | 87.98 ± 12.60          | 2.364*       | 0.018      |
| 非留守经历  | 419      | 86.09 ± 12.03          |              |            |

注: \* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$ , \*\*\* $p<0.001$ , 下同。

#### 2.1.2 不同基本特征下的大学生日常情绪体验得分比较

如表 2 所示,采用独立样本 T 检验和单因素方差分析显示性别、年级、是否独生子女和留守经历情况是影响大学生正性情绪体验的因素,而大学生负性情绪体验的影响因素只包含性别和留守经历情况。其中男生的正性情绪体验显著高于女生,而负性情绪体验显著低于女生;有留守经历大学生的正性情绪体验显著低于非留守经历大学生,而负性情绪体验显著高于非留守经历大学生;对年级变量进一步分析发现,大一年级学生正性情绪体验显著高于大二、大三年级学生 ( $p=0.000$ ,  $p=0.020$ ),而大二年级和大三年级学生正性情绪体验没有显著差别 ( $p=0.122$ )。

表2 不同基本特征下大学生日常情绪体验得分比较

Table 2 Comparison of scores of college students' daily emotional experience under different basic characteristics

| 项目     | <i>n</i> | 正性情绪得分 $\bar{x} \pm s$ | <i>F/t</i> 值 | <i>p</i> 值 | 负性情绪得分 $\bar{x} \pm s$ | <i>F/t</i> 值 | <i>p</i> 值 |
|--------|----------|------------------------|--------------|------------|------------------------|--------------|------------|
| 性别     |          |                        |              |            |                        |              |            |
| 男      | 446      | 30.24 ± 6.86           | 2.527*       | 0.012      | 21.81 ± 6.88           | -2.221*      | 0.027      |
| 女      | 526      | 29.19 ± 6.09           |              |            | 22.76 ± 6.36           |              |            |
| 年级     |          |                        |              |            |                        |              |            |
| 大一     | 330      | 30.68 ± 6.80           | 7.054**      | 0.001      | 22.86 ± 6.87           | 2.110        | 0.122      |
| 大二     | 326      | 28.82 ± 6.49           |              |            | 22.29 ± 6.47           |              |            |
| 大三     | 316      | 29.51 ± 5.97           |              |            | 21.79 ± 6.46           |              |            |
| 是否独生子女 |          |                        |              |            |                        |              |            |
| 独生子女   | 386      | 30.43 ± 7.01           | 2.978**      | 0.003      | 22.05 ± 6.81           | -1.029       | 0.304      |
| 非独生子女  | 586      | 29.17 ± 6.05           |              |            | 22.50 ± 6.48           |              |            |
| 留守经历情况 |          |                        |              |            |                        |              |            |
| 非留守经历  | 553      | 30.40 ± 6.771          | 4.026***     | 0.000      | 21.77 ± 6.54           | -2.998**     | 0.003      |
| 留守经历   | 419      | 28.72 ± 5.93           |              |            | 23.05 ± 6.64           |              |            |

## 2.2 同伴依恋及因子与大学生日常情绪体验相关性分析

如表3所示,对同伴依恋及其因子与正性情绪体验和负性情绪体验进行 Pearson 相关分析发现,同伴依恋与大学生日常正性情绪体验呈极其显著中度正相关,与大学生日常负性情绪体验呈极其显著中度负相关。其中同伴信任、同伴沟通与正性情绪体验均达到显著正相关,与负性情绪体验均达到显著负相关( $p < 0.001$ );同伴疏离与正性情绪体验呈显著负相关,与负性情绪体验呈显著正相关( $p < 0.001$ )。

表3 同伴依恋及因子与大学生正性情绪体验、负性情绪体验相关分析

Table 3 Correlation Analysis of Peer Attachment and Its Factors with Positive and Negative Emotional Experiences of College Students

| 项目   | 正性情绪体验    | 负性情绪体验    |
|------|-----------|-----------|
| 同伴依恋 | 0.404***  | -0.342*** |
| 同伴信任 | 0.384***  | -0.272*** |
| 同伴沟通 | 0.451***  | -0.195*** |
| 同伴疏离 | -0.151*** | 0.455***  |

## 2.3 同伴依恋各因子对大学生日常情绪体验的预测作用

如表4所示,采用多元回归(Stepwise)分析法,考察同伴依恋各因子对大学生日常正性情绪体验和负性情绪体验的预测作用。结果表明,同伴沟通对大学生日常正性情绪体验有显著正向预测作用( $\beta = 0.451$ ,  $p < 0.001$ ),同伴疏离对大学生日常负性情绪体验有显著正向预测作用( $\beta = 0.417$ ,  $p < 0.001$ ),同伴信任和同伴沟通对大学生日常负性情绪体验有显著负向预测作用( $\beta = -0.184$ ,  $p < 0.01$ ;  $\beta = 0.119$ ,  $p < 0.01$ )。

表4 同伴依恋各因子对大学生日常情绪体验的回归分析

Table 4 Regression analysis of peer attachment factors on college students' daily emotional experience

| 结果变量   | 预测变量     | $\beta$  | $R$   | $\Delta R^2$ | $F$       |
|--------|----------|----------|-------|--------------|-----------|
| 正性情绪体验 | 同伴沟通     | 0.451*** | 0.451 | 0.204        | 247.94*** |
|        | 第一步 同伴疏离 | 0.455*** | 0.455 | 0.206        | 252.90*** |
|        | 第二步 同伴疏离 | 0.417*** | 0.461 | 0.211        | 130.52*** |
| 负性情绪体验 | 同伴信任     | -0.083** |       |              |           |
|        | 同伴疏离     | 0.417*** | 0.465 | 0.214        | 89.02***  |
|        | 第三步 同伴信任 | -0.184** |       |              |           |
|        | 同伴沟通     | -0.119** |       |              |           |

### 3 讨论

对大学生同伴依恋特点分析发现,女大学生同伴水平高于男大学生,留守经历大学生同伴依恋水平高于非留守经历大学生,这与前人研究结果一致<sup>[9-11]</sup>。可能的解释是与男生相比,女生在同伴关系中表现出更多的同理心,维持亲密关系的能力和愿望更强,因而表现出更高的同伴依恋;对于早年父母依恋关系建立不良的有分离创伤经历的孩子来说,其依恋需求能在青春后期同伴关系中得到相应补偿<sup>[11]</sup>,留守经历大学生相对于非留守经历大学生来说更重视同伴之间的沟通和信任,为自己建立无法在亲子依恋中构建的“安全基地”和“庇护所”。此外,本研究还进一步探索了不同年级大学生同伴依恋水平的差异,大二年级学生同伴依恋水平低于大一和大三年级学生,其原因可能在于不同年级的大学生所处的发展阶段和任务不同,导致同伴依恋水平的差异。对于大一新生来说,他们处于探索和适应时期,其主要任务是完成中学生到大学角色的转变,尽快适应大学生活,所以他们需要积极参加集体活动、加入社团组织,建立新的人际朋友圈以满足归属和爱的需要,这些任务和需求会促使大一学生进行更多的同伴沟通和交流,而在人际朋友圈建立的过程中也会体验到更多的接纳、关心、支持和信任;大三学生处于大学四年中压力指数最低的年级段,对他们来说学业方向和学业目标既定,就业压力尚远,身心发展地进一步成熟,渴望与他人、异性深入交往,建立比较稳定的友谊与爱情需求成为这个年级段学生关注的焦点,在这个过程中必然也会促进同伴之间的支持、沟通和交往,进而导致了大一、大三年级学生的同伴依恋水平相对较高<sup>[12]</sup>。而对于大二年级的学生来说,已经基本适应的大学生活,由于学业任务更加繁重,专业发展压力更加突出,他们开始把注意力从人际等外部转移到学业上来,这时的同伴交往无论从量上、频率上较之大一时有所减少,加之由于学业问题带来的消极情绪也会对人际沟通和交流产生一定的负面影响,因而此时的同伴依恋水平相较于大一、大三年级有下降的趋势。

对大学生日常情绪体验特点分析发现,男生的日常正性情绪体验高于女生,日常负性情绪体验低于女生,支持了前人的研究结果<sup>[13]</sup>。有学者研究发现,男生的情绪弹性要高于女生,高弹性的个体更倾向于关注事情的积极方面,且情绪的复原力更强,更容易从消极情绪中恢复,体验到积极情绪<sup>[14]</sup>。有留守经历的大学生日常负性情绪体验高于非留守经历的学生,验证了前人的研究<sup>[15, 16]</sup>。大量研究显示,有留守经历的大学生会有更程度的抑郁、焦虑等消极情绪,较低的心理韧性,他们在面对挫折、压力等负性刺激时其适应能力、承受能力和自我调节能力都无法帮助其顺利应对,进而在大学生的日常生活中会体验更多的负性情绪。

本研究结果也从依恋的角度探索了同伴关系与大学生日常情绪体验关系。同伴依恋与大学生日常正性情绪体验显著正相关,与大学生日常负性情绪体验显著负相关,回归分析进一步显示,在大学生日常正性情绪体验上,同伴沟通能显著正向预测大学生日常正性情绪体验;而在大学生日常负性情绪体验上,同伴疏离正向预测大学生日常负性情绪体验,同伴信任和同伴沟通负向预测大学生日常负性情绪体验。关系调节理论认为(Lakey and Orehek, 2011)人们需要一些发展性的人际关系来维持情感上的良好体验,这种发展性的人际关系主要来源于日常的、情感上的对话与共同活动等社会互动<sup>[17]</sup>。大学生远离家庭,在学校里主要的人际关系来源于同伴关系,因此同伴之间的良好沟通就对其维持良好的情绪体验至关重要。良好同伴沟通中的倾听和共情等行为不仅能有效传递信息,同时也能让大学生感受到尊重、理解、关爱和自我价值感,这些人最底层的需求得到满足,便会激发人感受到更多的正性情绪体验。为什么同伴信任和同伴疏离为能进入到负性情绪体验的预测模型呢?可能的原因是在同伴关系中,仅仅有同伴信任这个因素还远远不够,如果没有相应的同伴沟通的技能、技巧,由沟通不畅引发的消极情绪体验就会抵消同伴信任、同伴亲近带来的安全感、归属感等积极情绪体验。在预测大学生日常负性情绪体验因素分析上,同伴疏离本身就以一定的不被同伴接纳或在与同伴交往中受挫退缩等负性情绪体验相关,加之同伴疏离会让大学生感受到更多的孤独和较少的社会支持,这些大学生在日常生活中遇到压力、挫折和困难时,除了事件本身会引发消极情绪外,日常无法满足对爱、归属感和安全感等的基本需求,也会增加大学生更多的负性情绪体验。同伴之间的不信任和不良的同伴沟通本身也会引发大学生在日常生活中体验到更多的负性情绪。

本研究存在的不足及展望:由于本研究对日常情绪体验采样设备手段有限,无法采取体验采样法进行采样,可能会导致对日常情绪体验采样数据不够精确,今后可以在技术手段上进一步改进。

## 参考文献

- [1] 张国华, 伍亚娜, 雷雳. 青少年的同伴依恋、网络游戏偏好与“网络成瘾”的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(3): 354-356.
- [2] 李磊. 同伴依恋对青少年心理健康发展影响的实证进展[J]. 湖北师范大学学报(哲学社会科学版), 2021, 41(4): 125-129.
- [3] 黄希庭, 杨治良, 林崇德. 心理学大辞典[M]. 上海: 上海教育出版社, 2003.
- [4] Watson D, Clark L A. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1988, 54(6): 1063-1070.
- [5] Lonigan C J, Phillips B M, Hooe E S. Relations of positive and negative affectivity to anxiety and depression in children: evidence from a latent variable longitudinal study[J]. J Consult Clin Psychol, 2003, 71(3): 465-481.
- [6] 张兴慧, 陈福美, 张彩, 等. 中小學生日常情绪体验与亲子依恋、同伴依恋的关系[J]. 中国心理卫生杂志, 2018, 32(9): 753-759.
- [7] 宋海荣. 青少年依恋、自尊及其二者关系的发展性研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2004.
- [8] 黄丽, 杨延忠, 季忠民. 正性负性情绪量表的中国人群适用性研究[J]. 中国心理卫生杂志, 2003(17): 54-56.
- [9] Pace C S, Martini P S, Zavattini G C. The factor structure of the Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA): A survey of Italian adolescents[J]. Personality and Individual Differences, 2011, 51(2):

83-88.

- [10] 钟歆, 刘聚红, 陈旭. 青少年同伴依恋: 基于发展的视角 [J]. 心理科学进展, 2014, 22 (7): 1149-1158.
- [11] 刘宝宝, 郭丽, 卢婷, 等. 早年留守经历对青春期流动儿童依恋关系的影响 [J]. 中国学校卫生, 2017, 38 (3): 334-337.
- [12] 黄沁茗. 大学生人格发展阶段特征及心理问题 [J]. 当代青年研究, 2006 (10): 70-74.
- [13] 梁艳. 青少年早期日常情绪体验的发展特点及影响因素的研究 [D]. 西安: 陕西师范大学, 2011.
- [14] 张敏. 青少年情绪弹性及其对认知的影响 [D]. 上海: 上海师范大学, 2010.
- [15] 依赛男, 张珊珊. 有留守经历大学生儿童期虐待与焦虑抑郁的关系: 认知情绪调节的中介作用 [J]. 中国健康教育, 2018, 34 (10): 920-951.
- [16] 张为杏, 王琦, 张跃兵, 等. 留守经历对大学生心理韧性和负性情绪的影响 [J]. 精神医学杂志, 2019, 32 (1): 45-48.
- [17] Lakey B, Orehek E. Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health [J]. Psychological review, 2011, 118 (3): 482.

## Effects of Peer Attachment on College Students' Daily Emotional Experience

Li Lei Zhang Mian Luo Jun Zhang Zihan Zou Xiangjun

*The Mental Health Education and Consultation Center, Wuhan Polytechnic University, Wuhan*

**Abstract:** Objective: To investigate the effect of peer attachment on College Students' daily emotional experience. Methods: 972 college students were assessed with the Inventory of Parent and Peer Attachment and the Positive and Negative Affect Scales. Results: (1) The level of peer attachment of female college students was significantly higher than that of male college students, The level of peer attachment of college students with left-behind experience is significantly higher than that of college students without left-behind experience, Compared with freshmen and junior students, sophomores have the lowest level of peer attachment; (2) Peer attachment has a significant positive correlation with college students' daily positive emotional experience and a significant negative correlation with college students' daily negative emotional experience; (3) Peer communication has a significant positive predictive effect on College Students' daily positive emotional experience, Peer alienation has a significant positive predictive effect on College Students' daily negative emotional experience, Peer trust and peer communication have a significant negative predictive effect on College Students' daily negative emotional experience. Conclusion: Peer attachment can predict college students' daily positive emotional experience and negative emotional experience.

**Key words:** Peer attachment; Daily positive emotional experience; Daily negative emotional experience