

一次单元团辅对具有童年创伤经历大学生亲密关系的干预研究

罗艾琼¹ 李 博²

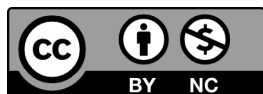
1. 西南民族大学, 成都;
2. 四川轻化工大学, 自贡

摘要 | 目的: 探讨一次单元团辅对具有童年创伤经历大学生亲密关系的干预效果, 为减少童年创伤的负性影响提供参考。方法: 通过童年创伤经历量表筛选出 54 名童年创伤总分较高的大学生作为干预对象, 采用实验组控制组前测后测实验设计, 对实验组 (n=27) 进行以自尊为主题的一次单元团体辅导, 控制组 (n=27) 不接受任何处理。采用亲密恐惧量表 (FICQ)、自我效能感问卷 (GSES) 进行量化研究, 半结构式访谈进行质性研究, 检验干预效果。主要结果: (1) 童年创伤经历总分在性别上存在差异性显著 ($t=1.079, p<0.05$)。 (2) 对于自我效能感, 实验组前后测差异显著 ($F=28.508, p<0.05$); 在后测中, 实验组与控制组之间差异显著 ($F=5.276, p<0.05$)。 (3) 对于亲密恐惧, 实验组控制组前后测亲密恐惧得分不存在显著差异, 但前后测主效应处于边缘显著 ($p=0.066$)。 (4) 质性结果表明被试在接受团体辅导后可以从一个更加客观的角度评价自己的童年创伤经历, 正确地界定创伤与自身的关系, 同时努力去发现自身的闪光点。结论: 本次的一次单元团辅能够在一定程度上对具有童年创伤经历大学生亲密关系进行干预。

关键词 | 大学生; 童年创伤; 亲密关系; 一次单元团体辅导

Copyright © 2023 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/>



作者简介: 罗艾琼, 女, 四川成都人, 西南民族大学硕士在读; 李博, 男, 四川自贡人, 四川轻化工大学, 副教授, 研究生。

文章引用: 罗艾琼, 李博. 一次单元团辅对具有童年创伤经历大学生亲密关系的干预研究 [J]. 心理咨询理论与实践, 2023, 5 (5): 378-390.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0505035>

1 引言

童年创伤又称童年逆境，指18岁以下青少年经历的创伤事件，包括躯体和心理上的虐待，这些创伤会对个体短期和长期的发展造成影响^[1, 2]。如果个体在创伤的条件下成长，长期无法得到需求的满足，个体很难发展出良好的社会功能^[3]。在描述与亲密朋友的关系时陈述更多的不满^[4]。研究表明童年创伤经历可以有效的对亲密关系满意度进行预测^[5]。童年创伤经历对于建立亲密关系有着消极作用^[6]，对婚姻质量的影响也较大^[7]。

有研究结果显示，亲密恐惧得分越高的个体，亲密关系能够维持的时间越短^[8]。有学者研究证明，早期的创伤经历、创伤性生活事件、疾病、消极的躯体形象等是亲密恐惧的有效预测因素。自卑感与害怕建立亲密关系的程度显著正相关^[9, 10]，并且自卑感在儿童期创伤经历和亲密恐惧中起部分中介作用^[11]。

目前针对童年创伤的研究数量较多，有的针对心理上的忽视、虐待，有的针对于躯体上的一些实质性的伤害，普遍认为创伤经历对个体的亲密关系质量呈现一个负相关。有一些学者将创伤经历与成年期的亲密关系、依恋类型联系研究。也有许多的学者致力于对创伤经历的负性结果进行干预，但更多是以传统的、系列的团体辅导为主、以音乐表达治疗为主，耗时较长。对于大学生来说，良好的亲密关系是个体心理健康发展中非常重要的一部分，在面对各种挫折和困难的时候，良好的亲密关系有助于个体更好地适应。本研究基于此提出制定一次单元主题团体辅导方案对个体进行干预，减少童年创伤所造成的负性结果，改善个体亲密关系。

2 研究方法

2.1 被试

通过线上与线下的方式招募被试，发放童年创伤经历问卷，根据前测的结果筛选出童年创伤得分偏高的大学生，分数符合且自愿参加干预的被试将被纳入干预对象备选，最终确定男性被试16人，女性被试38人。（需要排除具有长期且严重的人格障碍患者、精神病史患者、拒绝参与人际互动的个体。）

2.2 研究工具

(1) 基本信息调查, 在先前已有研究的基础上, 本调查研究的被试基本的信息主要包括: 性别、年龄、是否为独生子女、主要的照料者、家庭类型(双亲、重组、单亲)。

(2) 亲密恐惧量表(FICQ), 在前三十个题目中, 要求被试通过想象自己处于一段亲密关系进行作答, 后五道题根据以往的经历进行回答, 共计35道题目。采用Likert5点计分, 其中有一半题目采用反向计分^[8]。

(3) 童年创伤经历量表(CTQ-SF), 包括5个分量表, 5个维度(情感忽视、躯体忽视、躯体虐待、情感虐待、性虐待)。每一个维度包括5道题, 并有一个3个条目的最小化否认子量表。中国学者编译的CTQ-SF中文版在大学生中的重测信度和 α 系数分别为0.71和0.60, 量表稳定性和一致性较高^[12]。

(4) 自我效能感问卷(GSES), 一共有10个题目, 采用5点计分, 所有题目都采用正向计分, 问卷总分越高, 自我效能感越高。国内学者将其翻译成中文, 在国内样本中重测信度为0.38, 分半信度为0.9^[13]。

(5) 半结构访谈, 对实验组进行团体辅导干预之后, 邀请部分自愿参加访谈的被试进行半结构访谈, 访谈题目由研究者自己编订。

2.3 研究设计

本研究采用实验组控制组前测后测实验设计, 自变量为: 团辅干预与否(控制组、实验组)、前后测(实验前、实验后), 其中组内变量为前后测, 组间变量为团辅干预。因变量为亲密恐惧水平、自我效能感分数、个体主观感受。

2.4 实验程序

通过前测筛选出符合条件的54名童年创伤高分学生, 按照随机化的原则将被试分为控制组和实验组, 每组27人。实验组被试接受团辅, 控制组不做任何的处理, 分别对两组被试进行后测。将前测后测的结果进行分析, 进行组内以及组间的比较。

2.5 朋辈心理辅导员

本研究中的团辅领导者为应用心理学大四学生，有一年的高校朋辈心理辅导的工作经历，接受过全面的团体辅导培训，有扎实的理论丰富的实践经历。为保证研究的标准化，本研究的团辅方案由自贡某高校心理健康教育中心、指导老师、朋辈心理辅导员共同制定。整个研究始终遵循团辅方案执行，所有研究流程均按照伦理道德的标准实施，朋辈辅导员与团辅成员都是自愿参与，并签订保密协议与知情同意书。本研究于2022年3月开始，于2022年6月正式结束。团辅结束后，接受高校心理健康教育中心老师的督导。

2.6 统计方法

发放童年创伤经历量表、亲密恐惧量表、自我效能感量表后，收集数据，对问卷进行筛选获得有效问卷，采用SPSS26.0对获得的数据进行统计分析，主要包括描述性统计分析、独立样本 t 检验、相关分析。筛选出得分较高且自愿参与干预的54名被试。实施团辅干预后进行施测，对数据进行重复测量方差分析、简单效应分析检验干预效果。

3 结果与分析

3.1 团体辅导干预的量化结果

3.1.1 童年创伤男女差异

对被试童年创伤经历问卷得分进行处理，筛选出符合要求的被试，对男女在童年创伤经历问卷中的得分进行独立样本 T 检验分析，结果如表1所示。

表1 童年创伤在男女性别上的差异

Table 1 Gender differences in childhood trauma

		$M_{\text{实验}} \pm SD$	t
创伤	男	74.69 ± 27.47	1.079
	女	68.11 ± 16.82	

男女在创伤问卷的得分差异显著 ($t=1.079$, $p=0.032<0.05$)，表明男女被试在创伤得分上存在显著性差异，本次实验中，女性被试数量 38. 男性被试数量 16，可以在一定程度上推测女性遭遇到童年创伤概率更高，而男性遭遇到童年创伤后，其强度和程度更高。

3.1.2 亲密恐惧、自我效能感、童年创伤、性别相关性分析

对被试的亲密恐惧、自我效能感、童年创伤经历、人口常量统计进行相关性分析，分析结果如表 2 所示。

表 2 亲密恐惧、自我效能感、童年创伤、性别相关性矩阵

Table 2 Intimate fear, self-efficacy, childhood trauma, gender correlation matrix

	性别	自我效能感	亲密恐惧	创伤总分
性别	1			
自我效能感	-0.147	1		
亲密恐惧	0.175	-0.016	1	
创伤总分	-0.148	-0.448**	0.297*	1

注：**. 在 0.01 级别（双尾），相关性显著；*. 在 0.05 级别（双尾），相关性显著。

结果显示，童年创伤总分与亲密恐惧总分相关系数 $r_1=0.297$ ，两者具有显著正相关，随着个体的童年创伤程度增大，个体亲密恐惧升高；被试童年创伤总分与自我效能感总分的相关系数为 $r_2=-0.448$ ，两者具有显著的负相关，随着个体童年创伤经历程度升高，个体自我效能感降低。

3.2 前后测问卷结果分析

采用童年创伤经历量表、亲密恐惧、自我效能感量表对被试进行施测，根据童年创伤经历的问卷得分，筛选出童年创伤问卷得分高的个体，对收集的亲密恐惧问卷、自我效能问卷得分分别进行数据分析。自我效能感、亲密恐惧问卷得分数据描述性结果如表 3 所示。

表 3 描述性结果 (N=54)

Table 3 Descriptive results (N=54)

		自我效能感		亲密恐惧	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
前测	实验组	18.89	8.26	110.41	11.42
	控制组	20.89	8.40	108.04	24.28
后测	实验组	27.30	7.43	96.37	27.75
	控制组	23.44	4.55	110.07	26.00

3.2.1 自我效能感方差分析结果

研究对自我效能感进行 2 (组别: 实验组 / 控制组) × 2 (时间: 前测 / 后测) 的重复测量方差分析, 结果如表 4 所示, 组别主效应显著 $F(1, 52) = 0.313$, $p > 0.05$, 时间主效应显著 $F(1, 52) = 24.236$, $p < 0.05$; 组别 × 时间的交互效应显著, $F(1, 52) = 6.906$, $p = 0.011 < 0.05$ 。

表 4 实验组控制组前测后测得分在自我效能感上的差异

Table 4 Differences in self-efficacy between pre-test and post-test scores of the experimental group control group

	<i>F</i>	<i>p</i>
组别主效应	0.313	0.578
前后测主效应	24.236	0.000
组别 × 前后测	6.906	0.011

基于自我效能感的组别 * 时间的交互效应显著, $F(1, 52) = 6.906$, $p = 0.011 < 0.05$, 研究在此基础上进一步进行简单效应分析, 结果如表 5 与表 6 所示, 在组别的各个水平上对时间两个水平进行差异分析, 研究发现对于实验组, 前后测之间差异显著, $F(1, 52) = 28.508$, $p < 0.05$, 而对于控制组, 前后测之间差异则不显著, $F(1, 52) = 2.634$, $p = 0.111 > 0.05$ 。由此表明, 相对控制组, 实验组成员经过单次团辅干预后, 具有童年创伤经历大学生的自我效能感出现显著提高, 进而本研究中的单次团辅对改善有童年创伤经历大学生的

自我效能感具有显著的干预效果。此外，在时间的各个水平上对组别两个水平进行显著差异分析，研究发现在前测中，实验组与控制组之间差异不显著， $F(1, 52) = 0.778, p = 0.382 > 0.05$ ；在后测中，实验组与控制组之间差异达到显著水平， $F(1, 52) = 5.276, p = 0.026 < 0.05$ 。该结果表明，在干预前，两组成员之间的自我效能感差异不显著，但在干预后，实验组成员的自我效能感则显著高于控制组成员的自我效能感，这说明相对控制组，实验组成员受到单次团辅的影响，其自我效能感显著提高。综合简单效应分析结果，研究得出一次单元团辅对具有童年创伤大学生的自我效能感具有显著的干预作用，即此次一次单元团辅能够显著提升具有童年创伤大学生的自我效能感，进一步对具有童年创伤经历大学生的亲密关系进行改善。

表 5 实验组控制组自我效能感组别差异

Table 5 Group differences in self-efficacy of the control group in the experimental group

		$M_{前测} \pm SD$	$M_{后测} \pm SD$	F	p
实验组	自我效能感	18.89 ± 8.26	27.30 ± 7.43	28.508	0.000
控制组	自我效能感	20.89 ± 8.40	23.44 ± 4.55	2.634	0.111

表 6 实验组控制组自我效能感前后测差异

Table 6 Differences in self-efficacy measured before and after the experimental group control group

		$M_{实验} \pm SD$	$M_{控制} \pm SD$	F	p
前测	自我效能感	18.89 ± 8.26	20.89 ± 8.40	0.778	0.382
后测	自我效能感	27.30 ± 7.43	23.44 ± 4.55	5.276	0.026

3.2.2 亲密恐惧方差分析结果

研究对亲密恐惧进行 2（组别：实验组 / 控制组）× 2（时间：前测 / 后测）的重复测量方差分析，结果如图 7 所示，组别的主效应不显著， $F(1, 52) = 1.480, p = 0.229 > 0.05$ ；前后测的主效应不显著， $F(1, 52) = 1.956, p = 0.168 > 0.05$ ，前后

测与组别的交互效应不显著, $F(1, 52) = 3.509, p = 0.067 > 0.05$ 。该结果表明, 实验组和控制组的被试在接受主题团体辅导之后, 在亲密恐惧上的前后测得分差异不显著, 实验组被试的亲密恐惧后测平均分对比前测平均分, 虽然在前后测中, 亲密恐惧得分差异未达到显著性, 但从实验组前后测得分可以看出被试的亲密恐惧总分在一定程度上降低了。研究得出单元团辅对具有童年创伤大学生的亲密恐惧具有一定程度的干预作用, 即一次单元团辅能够在一定程度上降低具有童年创伤大学生的亲密恐惧, 由此表明本次一次单元团辅能够对具有童年创伤经历大学生亲密关系进行干预。

表 7 实验组控制组前测后测得分在亲密恐惧上的差异

Table 7 Differences in intimate fear between pre-test and post-test scores of the experimental group control group

	<i>F</i>	<i>p</i>
组别主效应	1.480	0.229
前后测主效应	1.956	0.168
组别 × 前后测	3.509	0.067

综上所述, 根据表 6、表 8 的前测检验结果, 可以得知控制组和实验组被试是同质的, 实验组和控制组的被试在自我效能感问卷上的后测得分存在显著性差异, 在亲密恐惧得分上存在一定差异, 因此, 此结果说明, 在没有外界的干预下, 一次单元团体辅导能够在一定程度上改善童年创伤所造成的负性影响。表明参与这次的一次单元团体辅导, 对被试的亲密恐惧、自我效能感有改善。

表 8 实验组控制组亲密恐惧前测得分差异

Table 8 Differences in intimate fear pretest scores of the experimental group and control group

		$M_{实} \pm SD$	$M_{控} \pm SD$	<i>t</i>	<i>p</i>
前测	亲密恐惧	110.40 ± 11.41	108.04 ± 24.28	-0.459	0.054

3.3 团体辅导干预的质性结果

在团体辅导干预结束后，通过对部分自愿的实验组被试进行半结构的访谈了解本次主题团体辅导的干预效果。结果如下：

(1) 参与本次团体辅导之后的评价，大多数同学表示参与本次团辅是很有意义的，都取得了一定的收获，同学们对本次团辅评价词主要包括：有效、放松、欣慰、互助、会再次参加等。

(2) 对创伤的看法，有了显著的改变，大多数的被试开始尝试从一个比较客观的角度去对创伤进行评估。有同学谈到对于创伤的看法从曾经的歪曲或者是否认，转变为将创伤看成一个伤疤，承认创伤的存在。有的同学持有的因为创伤而去责备自己的态度得到改善。

(3) 对自我的看法，被试的自我效能感有了显著的改善。降低了贬低自我价值感的倾向，从活动中学会去找到自己的优点，对自我的探索更加深入，提高了自尊心与自信心。

(4) 在团队当中得到了尊重、关怀、安全感，在守护天使的持续关注下，愿意在团队中去倾诉自己的创伤，并且相互协助去解决问题，参与本次团体辅导的目标已经基本完成，得到了相当程度上的情绪宣泄。

(5) 本次团体辅导签订了保密协议，被试都能较较好地解决自身的问题，并且一些被试在团队当中已经开始迈出交际的那一步，有些成员协助其他成员解决所遇到的问题和困难，通过这个过程也提高了部分成员自我效能感。

(6) 部分被试表现出对团体辅导与心理咨询的兴趣，并且对辅导效果满意，同时表示对心理求助的接受度显著提升，日后会更加关注自身与周围朋友的心理健康，积极进行求助。

4 讨论

(1) 团辅干预前后测数据差异讨论。本研究在已有研究的基础上，编制了主题团体辅导方案，根据量化研究所收集到的被试在亲密恐惧、自我效能感问卷上的前后测得分，自我效能感前后测得分在控制组实验组中存在显著性的差

异、在亲密恐惧上得分存在一定差异，这表明了此次团体辅导对自我效能感与亲密恐惧能够起到一定程度的改善作用，进而对被试的人际交往、亲密关系产生积极的改变。但结果呈现，实验组被试亲密恐惧后测得分虽然降低，但未达到显著水平，可能是因为：①本次测量上存在随机误差。②本次团体辅导的人数太多，使得在进行团队活动时，领导者无法关注到每一位成员的情绪。同时，对原本就存在亲密恐惧的被试去建立良好的团队关系具有一定难度，使得成员更加紧张，因此部分成员亲密恐惧得分降低较少或者是变得更高^[14]。③本次干预的时间太短，总共仅为120分钟，很难对被试产生很大的改变，虽然实验组亲密恐惧得分降低，但实验组前后测差异仍未达到显著水平。

(2) 团辅干预质性研究结果讨论。根据团辅所得到的质性研究的结果，可以发现，大多数实验组的被试在参与团体辅导后，可以从一个更加客观的角度评价自己的童年创伤经历，正确地界定创伤与自身的关系，并且从团队的活动积极地自我探索，提高被试的自我效能感，让大家找到自己的闪光点。成员不再像以前那样对于社交存在极大的抗拒与恐惧，变得更加期待未来的生活，这与前人研究结果符合^[15]。

(3) 团辅干预效果。本研所得到的团辅干预效果需要进一步进行验证，自我效能感、亲密恐惧是在遗传与环境的长久的相互作用下形成的，具有一定的稳定性^[16]。本次团体辅导干预前后测得分显示，被试自我效能感存在显著差异、亲密恐惧下降，产生这种现象的原因可能是：本次被试的求助欲望强烈^[17]，成员之间相互所给予的积极关注非常强力，互动频繁。因此，在团辅结束后进行施测，得分差异较为显著，但仍需要在干预结束后进一步对效果进行检验，在接下来的研究中可以在干预结束后三个月、六个月分别对被试进行测试。

5 结论

在已有研究的基础上，设计主题团辅对具有童年创伤经历的大学生进行干预研究，采用自我效能感量表、亲密恐惧量表对被试进行前后测，根据本研究的质性与量化的结果，得出以下结论：

(1) 在实验组中，团体辅导干预后，被试自我效能感后测得分高于前测

得分, 达到显著性水平, 一次单元团体辅导提高了大学生的自我效能感水平。

(2) 本次团体辅导, 在一定程度上降低了被试亲密恐惧水平, 但并没有达到显著性水平。

(3) 多数实验组的被试在参与团体辅导后, 对自我的评价显著提高, 参与本次团辅感受良好。

参考文献

- [1] World Health Organization (WHO). Report of the consultation on child abuse prevention [R]. Geneva: WTO, 1999: 29-31.
- [2] S Bendall. Childhood trauma and psychosis: a critical review [J]. Acta Neuropsychiatrica, 2006, 18 (6).
- [3] 施春华, 林晓娇. 儿童期创伤经历、人格特征与大学生心理健康的相关研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17 (1): 87-89.
- [4] Cicchetti Dante. Fractures in the crystal: Developmental psychopathology and the emergence of self [J]. Developmental Review, 1991, 11 (3).
- [5] 侯润楠. 成人儿童期虐待、愤怒表达与亲密关系研究 [D]. 哈尔滨: 哈尔滨工程大学, 2014.
- [6] 冀云, 刘晓明, 马艳杰, 等. 大学生亲密恐惧与儿童期虐待的关系 [J]. 中国心理卫生杂志, 2014, 28 (2): 121-124.
- [7] 邓远平, 陈莉. 农民工童年创伤和婚姻质量: 述情障碍与夫妻互动的多重中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2019, 27 (1): 163-166, 162.
- [8] Descutner C J, Thelen M H. Development and validation of a fear-of-intimacy scale [J]. Psychological Assessment, 2012, 3 (2): 218-225.
- [9] 马艳杰, 冀云. 大学生亲密恐惧与父母婚姻冲突知觉的关系 [J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24 (6): 844-846.
- [10] 冀云, 赵斌, 马艳杰. 大学生自卑感在亲密恐惧与童年期创伤经历关系中的中介作用 [J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 29 (6): 457-462.
- [11] 张现利. 大学新生自我同一性与亲密恐惧的关系研究 [D]. 长沙: 中南

- 大学, 2013.
- [12] 张敏. 中文版儿童期虐待问卷信度及效度评价 [J]. 中国公共卫生, 2011, 27 (5): 669-670.
- [13] 王才康, 胡中锋, 刘勇. 一般自我效能感量表的信度和效度研究 [J]. 应用心理学, 2001 (1): 37-40.
- [14] 罗小婧, 崔丽霞, 蔺雯雯, 等. 图式治疗减轻大学生亲密恐惧的个案研究 [J]. 中国心理卫生杂志, 2011, 25 (8): 583-587.
- [15] 高苗. 大学生童年创伤经历对成人依恋的影响机制及表达性团体心理干预研究 [D]. 苏州: 苏州大学, 2020.
- [16] 罗爱民, 张现利, 樊迪, 等. 自我同一性状态与亲密恐惧、自尊的关系研究 [J]. 国际精神病学志, 2016, 43 (6): 1002-1004, 1018.
- [17] 凌宇, 杨娟, 钟斌, 等. 童年创伤经历与自尊对青少年抑郁的影响 [J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17 (1): 54-56.

An Intervention Study on Intimate Relationships of College Students with Childhood Traumatic Experiences in a Unitary Group Support

Luo Aiqiong¹ Li Bo²

1. *Southwest University for Nationalities, Chengdu;*

2. *Sichuan University of Light Chemical Engineering, Zigong*

Abstract: Objective: To explore the intervention effects of a single unit group counseling on intimate relationships of college students with childhood trauma experiences, and to provide a reference for reducing the negative effects of

childhood trauma. Methods: fifty-four college students with high total scores of childhood trauma were screened by the Childhood Trauma Experience Scale as intervention subjects, and a pretest-posttest experimental design was adopted for the experimental control group, and a one-time unit group counseling with the theme of self-esteem was conducted for the experimental group ($n=27$), while the control group ($n=27$) did not receive any treatment. Quantitative studies were conducted using the Fear of Intimacy Scale (FICQ), Self-Efficacy Questionnaire (GSES), and qualitative studies using semi-structured interviews to test the intervention effects. Main results: (1) There was a significant difference in the total score of childhood traumatic experiences by gender ($t=1.079, p<0.05$). (2) For self-efficacy, there was a significant difference between the experimental group on the pre-test and post-test ($F=28.508, p<0.05$); in the post-test, there was a significant difference between the experimental and control groups ($F=5.276, p<0.05$). (3) For intimacy fear, there was no significant difference in intimacy fear scores between the experimental control group on the pre and post test, but the main effect on the pre and post test was borderline significant ($p=0.066$). (4) The qualitative results showed that the subjects could evaluate their childhood traumatic experiences from a more objective perspective after receiving group counseling, and correctly define the relationship between trauma and themselves, while trying to discover their own shining points. Conclusion: This unit group counseling can intervene in the intimate relationship of college students with childhood trauma experience to a certain extent.

Key words: College students; Childhood trauma; Intimate relationships; One unit group counseling