

The Study on Relationship between Self-Differentiation and Real Interpersonal Relationships, Network Interpersonal Relationships

Qing Fang, Qin An

School of Humanities and Social Sciences, Beijing Institute of Technology, Beijing
Email: angin2000@sina.com

Received: Jun. 3rd, 2014; revised: Jun. 10th, 2014; accepted: Jun. 18th, 2014

Copyright © 2014 by authors and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Objective: To explore the relationship among the self-differentiation, reality interpersonal relationships and network interpersonal relationships. **Method:** 618 college students from 4 colleges in Beijing completed Differentiation of Self Inventory and Reality and the Network Interaction Scale. **Results:** 1) By canonical correlation analysis, we can find that the network is compensation to reality interpersonal relationships in the emotional disclosure level, and the performance of reality and networks interpersonal tends to be consistent in the information disclosure level; 2) The reality interpersonal relationships of students who have high level of self-differentiation are significantly better than the students who have low self-differentiation, and those students who have low self-differentiation prefer more intimacy disclosure behavior in network; 3) Emotional cutoff was the most important influencing factor for network interpersonal relationships. **Conclusion:** Reality interpersonal relationships and network interpersonal relationships affect each other relatively, and are impacted by the self-differentiation.

Keywords

Self-Differentiation, Real Interpersonal Relationships, Network Interpersonal Relationships, College Students, Cross-Sectional Studies

自我分化与现实人际关系、网络人际关系的关系研究

方清, 安芹

北京理工大学人文与社会科学学院, 北京

Email: anqin2000@sina.com

收稿日期: 2014年6月3日; 修回日期: 2014年6月10日; 录用日期: 2014年6月18日

摘要

目的: 探讨自我分化与现实人际关系、网络人际关系的关系。**方法:** 根据方便取样从北京市4所综合高校选取618名被试, 采用大学生自我分化量表和现实与网络人际互动量表进行调查。**结果:** 1) 典型相关发现, 在情感表露层面网络人际关系是现实人际关系的补偿, 在信息表露层面网络人际关系与现实人际关系表现趋向一致; 2) 高自我分化大学生在现实人际各维度得分均显著高于低自我分化大学生, 而低自我分化大学生更倾向于与网友情感表露; 3) 自我分化的情感断绝维度是影响网络人际关系相对重要的因素。**结论:** 网络与现实人际关系彼此相关, 受个体自我分化发展影响。

关键词

自我分化, 现实人际关系, 网络人际关系, 大学生, 横断面调查

1. 引言

自我分化是 Bowen 家庭系统理论的核心概念, 认为家庭是一个完整的情绪系统, 在这个系统里每个人的内心都会有两股原始力量, 即个体化的力量与亲密性的力量, 其中个体化的力量促使个体在心理上与家人有所分离, 而亲密性的力量则促使个体在心理上和家人保持联结(Bowen, 1978)。自我分化包括两个层面的含义, 一个是内心层面的分化, 指个体能够区分思考和感觉系统; 另一个是人际关系层面的分化, 指个体在与重要他人维持亲密关系时还能保有自主性的能力(Bowen, 1976)。随着家庭系统理论不断发展, 自我分化概念也在逐渐拓展。Papero(1990)认为, 自我分化是个体在面对群体压力时仍能清楚自己与他人的界限, 理智保持独立自主的程度。Friedman(1991)将自我分化定义为一种能力, 即个体在与重要他人有亲密情感联结的同时, 不被对方的思考和情绪所影响, 并且在行为上不受对方的情绪操控的能力。可见, 自我分化良好的个体能够寻获个体化与亲密性之间的平衡, 而低自我分化个体往往有较多的情绪反应, 在压力下难以理性思考, 在亲密关系中容易失去自我感, 容易因情感与理智融合而在人际关系中陷于困境(Kerr & Bowen, 1988)。相关实证研究表明, 较低的自我分化水平与人际关系问题(Skowron, 2000)、社交焦虑(Peleg, 2002)、分离焦虑(Peleg, 2006)等变量密切相关。国内近年来自我分化渐成研究热点, 研究也发现自我分化与自我和谐(安芹等, 2011)、焦虑特质(薛莹, 杨蕴萍, 2013)等显著相关, 低自我分化者体验到更多的情绪和心理困扰(姚玉红等, 2011)。

互联网的出现与普及引起了社会交往方式的巨大变革, 时下流行的微博、微信、人人网、QQ 和 MSN 等各种在线社交网络已经成为人们沟通交流、获取和发布信息的重要渠道。青少年作为紧跟科技潮流的群体成为各种社交网络最庞大的用户群, 在现实与网络高度融合、相互渗透的时代背景下, 单纯现实层面的人际交往已不足以反映人际关系状况, 于是现实与网络两种人际互动方式的关系引发了研究兴趣。Peter 等(2005)提出了“富者更富”(Rich Get Richer)和“穷者更富”(Poor Get Richer)模型, 认为外向的青少年在网络上和在现实中是一样的, 同样会更多沟通和自我表露, 因而促进了网络友谊的建立; 而内向

的青少年为了弥补现实生活中社交技能的缺失，会将网络沟通作为一种补偿渠道进行更多沟通和自我表露。以大学生为被试的实证研究发现，67%的青少年主要使用QQ与朋友进行沟通，在线交流的平均频率为每周12.31小时，网络在线交流有利于人际关系融洽，增强青少年的主观幸福感(Wang & Wang, 2011)。

自我分化是青春期的重要标志，尽管拥有保持情绪系统和理智系统相互独立的能力是个体一生的发展目标，但在青春期更加突出。本研究将自我分化与现实人际关系、网络人际关系同时纳入研究，根据前期调研本研究将网友定义为在网络中互动的朋友，现实生活中是否认识不作为限定条件，这就是说，一方面可通过网络交流加强现实人际关系，另一方面同时也可以展开更大的交友范围，因此网络人际关系可视为现实人际关系的一种延伸。在探讨大学生现实与网络两种人际关系模式之间的关系基础上，考察自我分化水平对两种人际关系模式的影响，旨在为理解并促进大学生的人际交往提供依据。

2. 对象和方法

2.1. 对象

采用方便取样方法，在北京市四所综合性高校以班级为单位整群抽样进行问卷调查。共发放问卷723份，回收有效问卷618份。其中男生295人，女生323人；大一年级165人，大二年级152人，大三年级151人，大四年级150人；理工科277人，文史类341人；学生生源地为城市377人，城镇及农村241人。

2.2. 研究工具

2.2.1. 大学生自我分化量表

采用吴煜辉和王桂平(2010)翻译修订的大学生自我分化量表(Differentiation of Self Inventory, DSI)，共27个项。该量表包含情绪反应、自我位置、情感断绝和与人融合四个维度，每个题项从“完全不符合”到“完全符合”进行6级评定，分数越高表示自我分化水平越好。本研究中总量表的 α 系数为0.90，各分量表的 α 系数在0.68~0.85之间。

2.2.2. 现实与网络人际互动量表

采用陈熾竹(2002)编制的现实与网络人际互动量表，包含现实人际互动量表和网络人际互动量表两部分。现实人际互动量表包括“与父母亲密性”、“与朋友亲密性”、“与朋友信息性表露”、“现实人际关系满意度”与“现实人际互动频率”五个维度，共21个题项；网络人际互动量表包括“与朋友亲密性表露”(情感表露)、“与朋友信息性表露”、“网络人际满意度”与“网络人际互动频率”四个维度，共17个题项。两个量表均进行4级评分(个别题项除外)，分数越高表示人际关系越好。本研究中现实人际互动量表分量表的 α 系数介于0.69~0.88之间，网络人际互动量表分量表的 α 系数介于0.67~0.84之间。

2.2.3. 自编基本信息调查表

包括性别、年龄、年级、专业、是否为独生子女、父母婚姻状况及家庭所在地等基本信息。

2.3. 程序与数据的处理

本研究以班级为单位集体施测，要求被试匿名填写，主试为心理系研究生，按标准程序实施。采用SPSS19.0对数据进行差异检验、典型相关以及回归分析。

3. 结果

3.1. 大学生现实人际关系与网络人际关系的典型相关分析

典型相关分析是研究一组指标与另一组指标间关系的统计方法，即将两组指标各当作一个整体进行分析，将两组指标间的相关信息更加充分地表达出来。为了解大学生现实人际关系与网络人际关系两种

关系模式是否有显著的典型相关,要求出现实人际关系变量的线性组合和网络人际关系变量的线性组合,使两组的线性组合有最大的相关,即典型变量。以现实人际关系量表中“与父母亲密性”、“与朋友亲密性”、“与朋友信息性表露”、“现实人际关系互动频率”、“现实人际关系满意度”为 X 变量轴,以网络人际关系量表中“与网友亲密性表露”、“与网友信息性表露”、“网络人际关系满意度”、“网络人际互动频率”为 Y 变量轴,进行典型相关分析,发现了两对典型相关变量,结果见表 1。

典型相关分析结果显示,现实人际关系量表五个维度所构成的 X 组变量与网络人际关系量表四个维度所构成的 Y 组变量之间可获得两对典型相关因素,且均达到了统计上的显著水平。具体典型结构分析见图 1 和图 2。

3.2. 不同自我分化水平大学生现实及网络人际关系的差异分析

为探讨不同自我分化水平大学生现实与网络人际关系的差异,按自我分化总分高低排序选出高低分两组(27%的分数作为高低分组的界限),对这两组的现实与网络人际关系量表各维度得分进行独立样本 t

Table 1. The canonical analysis between reality and network interpersonal relationships

表 1. 大学生现实人际关系与网络人际关系的典型相关分析

X变量	典型因素		Y变量	典型因素	
	χ^1	χ^2		η^1	η^2
与父母亲密性	.373	-.434	与网友亲密性表露	-.679	-.272
与朋友亲密性	-.196	-.718	与网友信息性表露	-.410	-.854
与朋友信息性表露	.163	-.936	网络人际互动频率	-.271	-.334
现实人际关系互动频率	.695	-.285	网络人际关系满意度	.263	-.388
现实人际关系满意度	.610	-.149			
抽出变异量的百分比	.212	.337	抽出变异量的百分比	.193	.266
重叠	.01	.01	重叠	.009	.008
ρ^2	.05	.03			
ρ	.22**	.18*			

注: *** $P < .001$ (双尾), ** $P < .01$ (双尾), * $P < .05$ (双尾), 以下同。

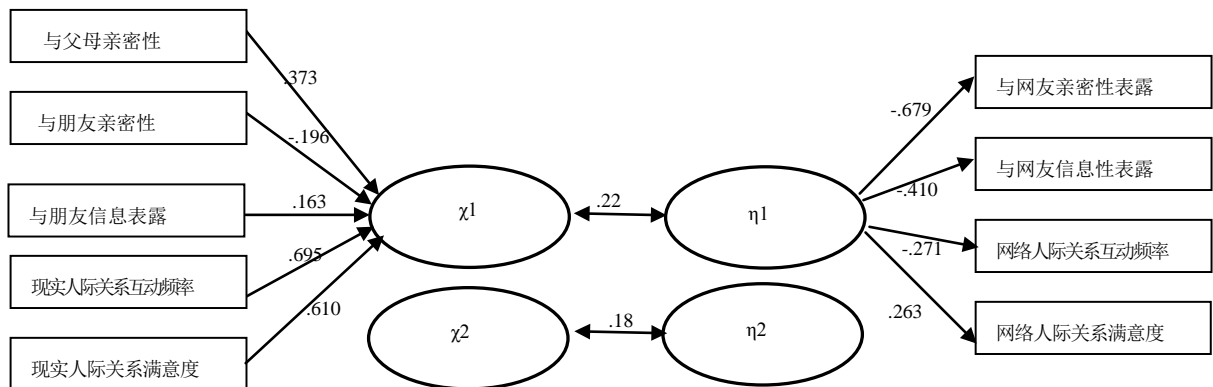


Figure 1. The first canonical analysis between reality and network interpersonal relationships

图 1. 现实人际关系与网络人际关系的第一组典型相关结构图

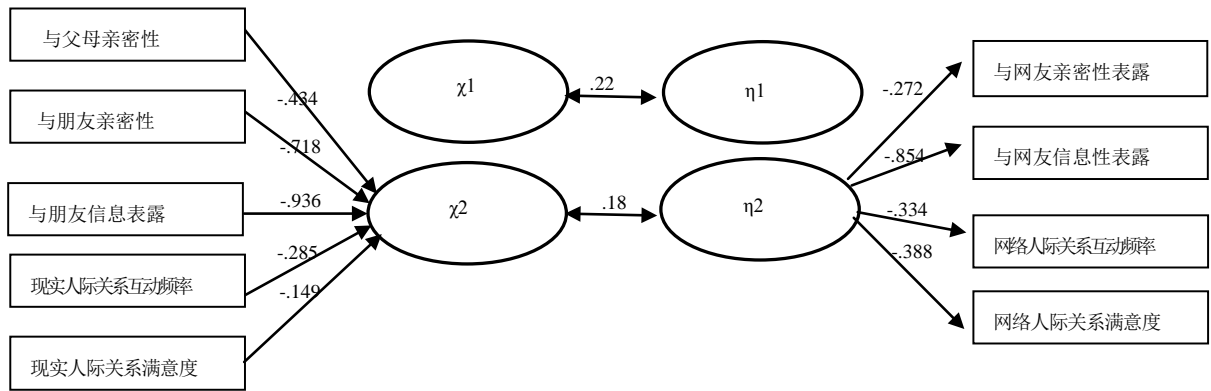


Figure 2. The second canonical analysis between reality and network interpersonal relationships

图 2. 现实人际关系与网络人际关系的第二组典型相关结构图

检验, 结果见表 2。可以看出, 在现实人际关系表现中, 高自我分化组大学生在现实人际总体状况及各维度均显著高于低自我分化组, 说明自我分化水平越好其现实人际关系越好。在网络人际关系表现中, 高自我分化组大学生除了与网友亲密性表露显著低于低自我分化组以外, 其它各维度没有显著性差异, 说明自我分化水平越低的大学生越倾向于和网友表露自己的情感。

为进一步了解不同自我分化水平大学生现实与网络人际关系的差异, 分别对自我分化高分组和低分组两组大学生在现实人际关系和网络人际关系两种关系模式中与朋友/网友亲密性表露、与朋友/网友信息性表露以及人际满意度进行配对样本 t 检验, 结果见表 3。结果显示, 自我分化高分组大学生在现实人际关系中与朋友亲密性、与朋友信息性表露、人际满意度得分均显著高于其在网络人际关系中与网友亲密性表露、与网友信息性表露、人际满意度得分, 说明自我分化水平高的大学生现实人际关系表现较好。自我分化低分组大学生在现实人际关系中与朋友信息性表露、人际满意度得分显著高于在网络人际关系中与网友信息性表露、人际满意度得分, 但在现实人际关系中与朋友亲密性维度得分则显著低于在网络人际关系中与网友亲密性表露得分, 说明自我分化水平越低的大学生越倾向于与网友亲密性表露。

3.3. 大学生自我分化与网络人际亲密性表露的回归分析

鉴于自我分化高分组和低分组在网络人际关系模式中 with 网友亲密性表露维度存在显著性差异, 为此考察自我分化各维度对与网友亲密性表露的影响。以大学生自我分化量表各维度得分为自变量, 以与网友亲密性表露得分为因变量, 进行逐步多元回归分析, 结果见表 4。预测与网友亲密性表露的显著变量共有 3 个, 多元相关系数为 0.269, 能联合预测与网友亲密性表露 7.2% 的变异量。此外, 自我分化中的情感断绝维度对网络人际关系满意度、网络人际互动频率及网络人际关系总分也有显著预测作用, 其解释量分别为 1.9%, 1.7% 和 2.6%。

4. 讨论

4.1. 大学生现实人际关系与网络人际关系的分析

本研究通过典型相关分析发现, 大学生如果现实人际互动质量良好, 即在现实生活中与父母、朋友互动频繁, 对现实人际关系满意, 与网友的亲密性表露行为相对较少。Correa 等(2010)研究发现, 青少年使用社交网络的主要目的大多是与自己认识的人进行沟通, 扩大自己的朋友圈, 加深彼此的亲密感。对于那些现实人际关系质量较高的大学生来讲, 由于现实生活中的人际互动已经满足了他们的情感表达需求, 不需要再通过网络途径进行情感表露加深亲密感, 于是在网络交往中亲密性表露的诉求较少; 对于

Table 2. Comparison of reality and network interpersonal relationships among different levels of self-differentiation**表 2.** 不同自我分化水平大学生现实、网络人际关系的差异分析

	自我分化高分组(n = 167)	自我分化低分组(n = 167)	t
与父母亲密性	19.38 ± 3.34	18.12 ± 3.38	3.26**
与朋友亲密性	12.64 ± 2.23	11.76 ± 2.49	3.45**
与朋友信息性表露	14.32 ± 2.84	12.95 ± 2.40	4.84***
现实人际满意度	9.49 ± 1.74	8.32 ± 1.99	5.83***
现实人际互动频率	12.18 ± 3.85	10.23 ± 3.50	4.95***
现实人际关系总分	68.01 ± 8.53	61.40 ± 10.51	6.43***
与网友亲密性表露	11.71 ± 4.44	13.58 ± 5.20	-3.61***
与网友信息性表露	9.90 ± 3.50	10.19 ± 3.50	-0.75
网络人际满意度	3.93 ± 1.22	4.18 ± 1.11	-0.14
网络人际互动频率	30.27 ± 33.78	34.27 ± 28.78	-1.19
网络人际关系总分	55.81 ± 37.52	62.21 ± 32.68	-1.69

Table 3. Pair comparison of reality and network interpersonal relationships among different levels of self-differentiation**表 3.** 自我分化高分组和低分组大学生现实与网络人际表现的配对检验

	自我分化高分组(n = 167)			自我分化低分组(n = 167)		
	现实人际关系	网络人际关系	t	现实人际关系	网络人际关系	t
亲密性表露	12.64 ± 2.23	11.71 ± 4.44	2.528*	11.79 ± 2.18	13.35 ± 5.49	-2.100*
信息性表露	14.32 ± 2.84	9.90 ± 3.50	13.829***	13.23 ± 2.16	11.21 ± 3.64	3.896***
人际满意度	12.18 ± 3.85	3.93 ± 1.22	27.997***	10.52 ± 4.01	4.23 ± 0.69	10.869***

Table 4. Regression effect of differentiation of self on network interpersonal relationships**表 4.** 大学生自我分化对与网络人际关系的回归分析

因变量	进入方程变量	R	R ²	ΔR ²	F	Beta	t 值
与网友亲密性表露	情感断绝	.232	.054	.052	34.85***	-.23	-5.90***
	情绪反应	.252	.063	.060	20.71***	-.10	-2.50*
	自我位置	.269	.072	.068	15.88***	.10	2.43*

那些缺乏人际交往技巧的个体而言,由于担心在现实人际交往中受挫,容易选择网络这种相对安全途径进行自我表露,因为无需承担面对面的压力,并且回避了被拒绝的风险。因此,在情感表露层面,网络沟通是对现实人际交往的补偿,研究结果符合“社会补偿”模型。

本研究通过典型相关分析还发现,大学生如果现实生活中与朋友有较多亲密及信息分享,在现实人际交往中自我表露较多,与网友同样也会有较多信息性的分享互动。当线下的人际关系复制到线上之后,使私人信息的交流出现朝着大众传播方向发展的趋势,社交网络中的很多用户并不在意自己在线上披露个人信息,尤其是在不涉及个人化议题的信息分享层面,现实人际关系与网络人际关系的表现趋向一致,研究结果符合“社会增强”模型。

4.2. 大学生自我分化水平与人际关系的分析

研究发现,自我分化水平越高的大学生与父母、朋友的关系越亲密,与朋友的互动更频繁,彼此之间有更多的信息性表露,对自己的现实人际关系也更满意,这一研究结果符合 Bowen 的理论。Bowen 认为自我分化也可以视为一种人际互动能力,高自我分化个体因为具有自主性和自信心,在人际互动中不会因为他人的情绪反应而卷入或者受到影响,能以真实的自我与外界互动,既不过分依赖对方以获取安全感,也无需以逃避或远离他人的方式来掩饰自己的焦虑,有助于帮助个体在人际之间取得平衡。

与高自我分化大学生在网络交往中与网友情感表露较少形成对比的是,自我分化水平较低的大学生更倾向于在网络中分享个人化的议题。可能有以下两方面的原因,其一,越是低自我分化个体越是对亲密性有强烈需求,容易对他人产生较强的情绪依恋或情绪融合,缺乏明确的界限感,因此在受众模糊的网络中反而可能有更多的情感表露行为;其二,也可能是与在现实生活中人际关系欠佳有关,正是为了补偿现实生活中社交技能的缺失,所以将网络沟通作为补偿渠道,从而促进了网络中的自我表露。

4.3. 大学生自我分化与网络人际关系的关系分析

为了进一步探索究竟自我分化的哪些表现对网络人际关系构成影响,经回归分析发现,相比较而言自我分化中的情感断绝维度是重要的影响因素。情感断绝可以被视为混合焦虑的行为表现方式,是个体担心与他人关系亲密而丧失自我感所采取的与人疏离的应对方式,但是从功能上来讲,刻意疏离并非有效的解决方法,并不能对其人际关系状况有实质性的帮助,最后可能导致个体在人际情境中更为脆弱而且敏感,因此也只能退避到网络人际关系中。

5. 结论

1) 典型相关发现,在情感表露层面网络人际关系是现实人际关系的补偿,在信息表露层面网络人际关系与现实人际关系表现趋向一致;2) 高自我分化大学生在现实人际各维度得分均显著高于低自我分化大学生,而低自我分化大学生更倾向于与网友情感表露;3) 自我分化的情感断绝维度是影响网络人际关系相对重要的因素。

参考文献 (References)

- 安芹,邱剑,刘玉利(2011).自我分化在大学生家庭功能与自我和谐关系中的中介作用. *中国心理卫生杂志*, 11 期, 851-855.
- 陈熾竹(2002). *网络与真实人际关系、人格特质及幸福感之相关研究*. 硕士学位论文,台湾:国立屏东师范学院.
- 吴煜辉,王桂平(2010).大学生自我分化量表的初步修订. *心理研究*, 4 期, 40-45.
- 薛莹,杨蕴萍(2013).门诊焦虑障碍患者的自我分化水平研究. *精神医学杂志*, 3 期, 161-164.
- 姚玉红,刘亮,赵旭东(2011).不同性别低年级大学生的自我分化与心理健康:自尊的调节作用. *中国心理卫生杂志*, 11 期, 856-861.
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In: P. J. Guerin (Ed.), *Family Therapy: Theory and Practice* (pp. 42-90). New York: Gamer Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice* (pp. 118-124). New York: Jason Aronson.
- Correa, T., Hinsley, A. W., & De Zuniga, H. G. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. *Computers in Human Behavior*, 26, 247-253.
- Friedman, E. H. (1991). Bowen theory and therapy. *Handbook of Family Therapy*, 2, 134-170.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation* (pp. 235-257). New York: Norton.
- Papero, D. V. (1990). *Bowen family systems theory*. Boston: Allyn & Bacon.
- Peleg, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self and students' social anxiety and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 25, 355-369.

- Peleg, O. (2006). The relationship of maternal separation anxiety and differentiation of self to children's separation anxiety and adjustment to kindergarten: A study in Druze families. *Anxiety Disorders, 20*, 973-995.
- Peter, J., Valkenburg, P., & Schouten, A. P. (2005). Developing a model of adolescent friendship formation on the internet. *Cyber-Psychology and Behavior, 8*, 423-430.
- Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 47*, 229.
- Wang, J. L., & Wang, H. Z. (2011). The predictive effects of online communication on well-being among Chinese adolescents. *Psychology, 2*, 359-362.