

The Connotation and the Development Process of Youth Self-Differentiation

Qin An, Ru Wang

Beijing Institute of Technology, Beijing
Email: anqin2000@sina.com

Received: Mar. 19th, 2019; accepted: Apr. 1st, 2019; published: Apr. 8th, 2019

Abstract

Objective: The purpose of this study is to explore the connotation and development process of youth self-differentiation in the context of Chinese culture. **Method:** Using qualitative research methods, 45 youth of different ages were interviewed. The data were encoded and analyzed. **Results:** The connotation of youth self-differentiation in Chinese culture included not only the individual orientation and relationship orientation, but also the social orientation. Self-motivation and self-management were indicators of self-differentiation in adolescents; there were also special manifestations in the four dimensions common to western youth, such as emotional reactivity, I-position, emotional cutoff and fusion with others, meanwhile Chinese youth also increased the unique manifestation of power equivalence and conflict independence; they developed themselves in the light of social roles and adapted themselves to society in accommodating differences. **Conclusion:** Self-differentiation has unique connotation in Chinese culture, development of self-differentiation and cultural factors are closely related.

Keywords

Self-Differentiation, Youth, Qualitative Research

青少年自我分化的基本内涵及发展历程研究

安芹, 王茹

北京理工大学, 北京
Email: anqin2000@sina.com

收稿日期: 2019年3月19日; 录用日期: 2019年4月1日; 发布日期: 2019年4月8日

摘要

目的: 探究我国文化下青少年自我分化的基本内涵及发展历程。**方法:** 采用质性研究方法, 对45名青少

年通过半结构化访谈收集资料, 对访谈资料进行编码和分析。结果: 我国文化下青少年自我分化的内涵不但包括个体取向和关系取向, 还涉及社会取向。实现自我驱动和自我管理是青少年自我分化的指征; 在情绪反应、与人融合、自我立场和情感阻断四个与西方自我分化界定的共同维度上有独特表现, 同时增加了权力对等及冲突独立特殊表现; 还表现在社会角色中发展自我, 在容纳差异中适应社会。结论: 我国青少年自我分化具有独特的内涵, 且发展历程与文化因素密切相关。

关键词

自我分化, 青少年, 质性研究

Copyright © 2019 by author(s) 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

1. 引言

分化(differentiation)源于生物学名词, 指有机体的细胞分裂后仍保留原来的相关功能。Bowen 引用并提出自我分化(self-differentiation)旨在描述个体与原生家庭的关系, 讨论个体在家庭中的发展(Bowen, 1978)。Bowen 指出, 维持亲密性和实现个体化是人类行为的根本驱动力, 前者驱使我们寻求与重要他人的情感联结以获得生存保障, 后者驱使我们追求自主以免受他人影响, 试图调和这两股力量达到适当平衡成为人类的核心问题(艾自琼, 2014)。自我分化概念来自西方个体主义文化, 青少年长大的标志是与家庭的分离, 重视个体的独立与自主, 强调个体有别于他人及群体, 而我国以集体主义文化为核心, 注重个体与家庭的联结, 追求个体与他人及群体的和谐。杨国枢(1993)认为, 传统的中国人是他人取向的, 倾向于顺从和顾及他人, 人际界限有很强的渗透性, 关系和距离不够分明。在集体本位文化下个体存在的价值和意义是由所属群体派生的, 容易受到家庭情感关系的过度纠缠和黏附(黄华, 2008)。尽管东西方文化存在差异, 但人们面对的问题与困境是相似的, 对于个体心理的健康发展而言, 无论在何种文化下分离和联结都是必要的。在以色列(Peleg, Halaby, & Whaby, 2006)、伊朗(Yousefi, Etemadi, & Bahrami, 2009)等集体主义文化研究证实, 个体同样需要自我分化发展。Chung 和 Gale(2009)在美国与韩国的跨文化研究发现, 个体的自我分化发展与其家庭功能均呈显著正相关。

青少年处于从家庭走向社会的重要发展阶段, 婴儿出生时与家庭视为整体, 伴随长大不仅身体逐渐生长为成人模样, 而且情感也在不断成熟, 自我分化发展的核心是处理和家庭的关系。近年来文化因素对青少年发展的影响越来越受到重视, 对初中生(李海燕, 2012)、高中生(随明明, 2010)及大学生(安芹, 邱彩虹, 王伟, 2012)的探索性研究都证实我国青少年自我分化发展的独特表现, 尚缺乏个体随年龄增长自我分化发展历程的整合研究。本研究通过对不同年龄阶段青少年的深度访谈探索我国文化下青少年自我分化的基本内涵及发展历程, 对丰富自我分化理论具有重要的理论意义。

2. 研究对象与方法

2.1. 对象

结合目的抽样和方便抽样, 选取北京、新疆、山西、山东等地在校学生进行深度访谈。访谈对象共 45 人, 其中男生 20 人, 女生 25 人; 年龄在 16~26 岁, 包括高中生 14 人、大学生 25 人、研究生 6 人; 独生子女 26 人, 非独生子女 19 人; 家庭所在地为城市 28 人, 乡镇 17 人。

2.2. 方法

采用质性研究方法, 根据自编访谈提纲进行半结构化访谈获得开放式回答, 探索青少年在个体化发展过程中情感、认知和体验的发展变化, 基本内容包括在个体化过程中的发展变化, 对自我独立程度的评价, 与家人、同伴的关系及互动模式的转变, 对未来规划的想法以及形成过程, 成长过程中重要人物或关键事件的影响等。访谈前签署知情同意书, 经同意访谈全程录音, 每次访谈约 60~120 分钟, 根据访谈进展每位被访者访谈 1~3 次, 将访谈录音逐字誊录。首先将资料导入在 Nvivo8.0 中转录和粗编, 仔细分析原始材料, 根据性别、不同被试、访谈次数及语句进行初级编码, 其中 F 表示女性, M 表示男性, 如 M1-1-1 代表第一位男性被访者第一次访谈说的第一句话; 接下来进行开放编码, 深入分析找出有意义的单元反复比较, 尽量全面收集能代表被访者真实心理状态的概念, 通过不断比较和类属分析后共获得 6280 个意义单元; 然后进行主轴编码, 将相关的意义单元加以整合归纳逐渐形成有意义的主题, 通过情境分析和主题分析发现并创建不同意义单元之间的类属关系, 共获得 14 个自我分化表现特征的主轴编码; 最后进行核心编码, 对关联性质的编码进一步比较和拆分, 检查并确认各主题的含义, 经课题组反复讨论对主轴编码进行理论取向的高度概括, 最终归纳出 3 个核心编码。

3. 研究结果

3.1. 青少年自我分化的基本内涵

通过对访谈资料进行开放编码、主轴编码及核心编码三级编码分析, 最终确定我国文化下青少年自我分化的基本内涵, 概念框架如图 1 所示。从青少年主体视角出发, 其自我分化基本内涵包括个体层面、关系层面以及社会层面。首先呈现在个体取向, 强调自我成长的演变过程, 主要描述个体伴随成长在认知、行为、能力等方面的独立性发展; 其次表现在关系取向, 展现寻求亲密感和个体感的平衡过程, 主要描述个体在关系中的情绪表现、能否坚持自己、人际融合或情感断绝以及权力、冲突等表现; 最后转向社会取向, 体现在社会文化背景下的成长变化, 主要描述个体随年龄增长不断适应社会环境, 在与家庭及其与社会的系统中成长。

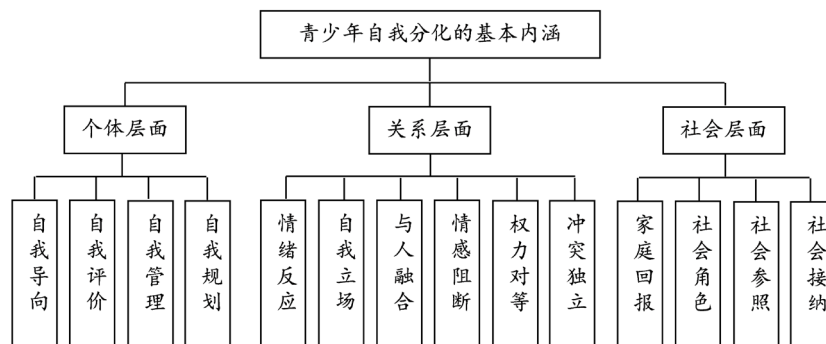


Figure 1. The connotation of youth self-differentiation

图 1. 青少年自我分化的基本内涵

3.2. 青少年自我分化的发展历程

3.2.1. 个体层面：实现自我驱动和自我管理是青少年自我分化的指征

由父母驱动转向自我驱动, 自我评价逐渐趋于理性。由父母驱动转向自我驱动是青少年分化发展的重要转变, 能够理性地评价自己表明个体在走向成熟, 而且青少年自我导向与自我评价的变化是相互影响的。对高中生来说, 行动的重要动力来自父母的认可, “我的成绩不允许有放松时间, 因为我爸妈,

如果我放松就觉得对不起他们”(F5-1-30)。由于高中生视学习为唯一任务,自我认知比较单一,整体评价也偏向积极,“我可以调整好情绪面对成绩,人际关系还是很不错的,觉得可以去闯,想独立,但爸妈对我缺乏信心”(M3-1-44)。大学时通常会经历一个要自主行动与父母发生分歧的阶段,“有时候爸妈过多干涉,我参加社会实践、学生会,他们就问我功课,觉得参加活动影响学习让放弃,因此吵过架,自己不是小孩子了”(F18-1-10),正是因为与父母的分歧导致对自我的认识会发生摇摆,认为自身发展不够成熟,“我还是偏理想化,有时候想不太周全,遇到事情做得不太全面,比较依赖不够独立”(F14-1-5)。研究生对自我认识更加清晰,自我评价基本形成,“我大学时还不成熟,过分难过或过分开心,现在自己大多是理性的,而且理性与感性并不冲突”(F25-1-6),相对应地,自我驱动也更有执行力,“之所以放弃国企来读研,就想自己还年轻,没必要在那里耗一辈子,像一潭死水枯燥无味,所以我就决定了”(M19-1-68)。

过渡到自我管理和自我规划,与对自我的信任是一致的。青少年有能力自我管理以及对未来发展有自我规划,既是青少年在建立自我信任,同时也是使父母认为可以被信任的转折,青少年从对父母的依赖发展到依靠自己,其实是在建立对自己的信心。高中生还缺乏勇气脱离父母独自决定,“与爸妈意见不同时我会听他们的,我觉得他们肯定有经验,父母也不会害自己的儿女啊”(F8-1-69)。到大学开始变化但并不坚定,“以前在家什么都不管,上大学以后要自己照顾自己,其实还不想这么快就独立”(F19-1-51),同时对未来的思考也比较迟,还是很模糊,“对未来有时候挺飘忽不定的,但肯定不回农村,尽量往上走吧,我想去国外,虽然现在感觉遥不可及”(F17-1-218)。到研究生阶段,经济独立的意识比较突出,直接促动了自我管理的意愿和行为,“读研时就想马上面临找工作了,简历上该怎么丰富自己的经历,要能为以后安身立命呢”(M20-1-142),对未来发展也有较明确的计划,“我挺想留北京,如果有户口就留,没有户口就不留,以后可能走管理层,如果干得不好就一辈子干技术”(M19-1-135)。

3.2.2. 关系层面:青少年在家庭关系中形成和发展人际互动模式

家庭联结始终保持,对情感互动模式产生深刻影响。尽管趋向冷静克制、坚持自我是青少年整体的发展趋势,但可以看到青少年越是对亲近的人越容易情绪化,明显表现出亲疏有别,对父母表达情绪更加直接,“在生活中更多压抑自己,但跟父母我会发泄出来,其实我脾气不好,跟朋友一般不会”(F15-1-72),容易在与父母频繁的互动中过度卷入,“我特别担心父母的关系,刚上自习时还在想是爸爸不对,但又觉得自己说什么也没用,很难受”(F5-1-128)。青少年的情感反应与父母早期的情感反馈密切相关,如果之前被父母忽视,可能会主动选择回避以避免伤害,“我之前特别难过时就跟爸妈说,可爸妈安慰一会就说要工作了,觉得心里不平衡,慢慢地就不说了”(M3-1-82),之前亲子互动模式决定了关系远近,“以前和父母曾经交流过,但没有得到我想要的,慢慢地就打消了去商量的念头”(M14-1-8)。研究生关注家庭但有界限感,“因为我爸妈老了,我也到了一个可以承担责任有自己立场的时候,但从心里还是不太爱管他们这些事”(M20-1-33),这时在人际关系里内心也是比较稳定的,“我会有舒适区,朋友志同道合就在一起,不干一样的事情没必要在一起,但不觉得和朋友有距离”(F23-1-89)。

因为是“大人”要求权力对等,力争独立而冲突。在我国文化下,子女被平等对待并不容易真正做到,青少年往往理解为对自己及其能力的认可。高中生对被父母不平等对待非常敏感,“他们觉得我不够成熟,什么事都管,我感到受束缚就跟他们吵,他们也说是不由自主,觉得他们错了,但也从来不道歉”(M3-1-28)。只有当父母觉得子女眼界开阔了、解决问题能力提升,像“大人”了,子女的家庭地位才会随之上升,才开始重视子女的想法,“之前我姐跳槽,那时我还在上高中,大人觉得我见识没那么多就没听我的,现在我长大了,他们有些事情依靠我了”(M10-1-59)。研究生有自己独立的想法,并且能处理与父母的分歧,“父母也不放心,但工作的事他们应该还是会听我的,顶多给我建议”(M20-1-105)。

另一方面, 其实青少年自己也是如此, 例如发生冲突时, 高中生容易内部归因, “当时很生气, 事后又觉得不太好, 不管什么原因惹父母生气都是不对的” (M5-2-176)。伴随长大面对冲突时会自我控制, 为了关系平衡也会选择妥协, 但不会过多自责, “我比较随和, 立场和观点是有的, 但很少强求, 尽量妥协吧, 如果观点实在不一致就算了” (M20-1-113)。

3.2.3. 社会层面: 在社会角色中发展自我, 在容纳差异中适应社会

从家庭角色转向社会生活, 在社会角色中发展自我。从家庭范畴转入社会群体, 学习社会规则是青少年发展突出的特征, 尽管在中国文化下父母对子女的付出不计回报但还是带给青少年压力, 伴随长大产生对父母的报答之心, “以前一直很有压力, 觉得父母为你付出这么多, 以后应该回报, 但长大后发现其实他们也没希望你得到什么” (M8-1-89)。当青少年意识到父母其实不要求回报, 于是转向自我要求有出息、有发展作为对父母的交代, 这就与其社会角色链接起来, 同时也与进入更为广泛的社会生活同步, “大学之前只要学习好其他可以完全不管, 升入大学之后发现, 很多时候不是只埋头做事就可以的” (M11-1-21)。大学生更关注综合能力, 研究生更是将学习视为职业发展及婚姻家庭规划的一部分, 希望能承担起家庭责任, 向成熟的社会成员转变, “我们准备去西安, 离家都不是很远, 研究院那种我们俩能有一个进就不错, 福利好, 如果找工作顺利可能过年让我们领证” (F24-1-138)。

同伴群体成为社会参照, 在容纳差异中适应社会。青少年面对父母的不理解开始寻求同辈群体的支持作为替代, 尤其是在父母情感支持不足时转向在同伴归属中获得支持性力量。“父母不理解我, 有时吵架时心情特别不好, 就自己在屋里哭, 跟同学说” (F2-1-27)。进入大学以后, 虽然与家庭的联结不会改变但不再是认同的主要对象, 主动寻找相同价值观的同伴作为自我探索的同行者, “有一个外校朋友, 意气相投一拍即合, 共鸣以后我们谈了很多人生活话题, 对我帮助很大” (M14-1-129)。“感觉身边的同学都很优秀, 压力很大, 刚开始比较辛苦和难过, 但有好朋友互相鼓励, 从其他人的经历得到启发慢慢好起来” (F25-1-77)。对于彼此的差异, 青少年明显呈现出由排斥转向适应的变化。高中生对自己与他人想法的差异非常敏感, 但缺乏包容, “我们俩的想法不一样, 我是宁可不给他钱也不能受骗, 我同学觉得不管是不是骗子给是善意之举, 都理解不了对方就吵起来” (M1-1-33)。大学生学习接纳自我与社会的矛盾, 对自我与他人的差异更多理解和尊重, “现在能更多看到人和人的区别, 对这些不同能看就看、不能看就过, 大一时还不太适应、不习惯, 慢慢觉得挺正常” (M9-1-2)。研究生对自我与他人的不同有更深层次的分析, 更加包容, 可以适应与融入, “一个人的性格跟父母潜移默化影响有关, 行为举止都跟原生家庭有关系, 你仔细想会发现他为什么是现在这个样子” (F25-1-137)。

4. 讨论

青春期是分离 - 个体化发展的第二个关键期。青少年在心理层面上从家庭依赖中脱离出来, 摆脱父母的内在影响, 才能在成人世界中作为独立个体而存在(Blos, 1979)。通过对访谈资料的分析、比较及归纳, 发现我国文化下青少年自我分化的内涵, 该结果是基于访谈资料的客观概括, 有助于从青少年主体视角了解他们是如何理解个体分化成熟的。

研究发现, 青少年自我分化发展首先强调个体成熟, 自我导向、自我评价、自我管理及自我规划四个维度可以理解为评量青少年成长的指标。青少年从小接受的教育是听话, 坚信父母所做的一切都是为了自己好, 因此个体由取悦父母转变为自我驱动、从依赖父母过渡到有自我的思考和追求需要一个过程。自我评价呈现从高中生积极错觉、大学生偏向消极到研究生相对客观的变化趋势, 可能与经验限制有关, 高中生尚未脱离家庭庇护, 对社会的感知相对肤浅, 容易高估自身能力并对事件做出积极预测, 大学生因住校独自应对生活, 不可避免地受挫经历有时会夸大自我与环境的冲突, 而研究生不断积累经验, 对环境有更加理性的判断, 自我评价也更为全面。青少年在进入大学之后自我管理 with 自我规划方面都有长

足的进步, 逐渐由逃避、不确定变得有担当, 能够区分自我需要与父母意见的分歧, 开始学习对自己的未来负责。

关系取向的自我反映个体在人际互动中平衡理智与情感、亲密与独立的特征, 与 Bowen 提出的自我分化界定是一致的, 但研究发现了与西方文化下自我分化共同维度上我国青少年的独特表现, 还增加了权力对等及冲突独立。首先情绪反应明显表现出内外有别、亲疏有差, 与我国文化下人际关系的差序格局有关, 在一般人际关系里可以做到礼仪克制, 越是家人等亲近关系, 越不顾及对方感受, 情绪表达更为直接; 第二在是否坚持自我表现出矛盾心理, 既有独立意识希望正视自身存在, 又有依赖心理习惯于听从父母的观点, 出现迟疑、反复及试探; 第三始终保持与家人的联结, 但伴随成长受家庭牵连的影响在发生变化, 相比高中生容易卷入家庭三角关系, 到研究生逐渐清晰个人与家庭的界限; 最后情感阻断模式与早期关系模式有关, 伴随成长学会换位思考, 慢慢释然而转向适度接纳。我国家庭文化重视父母与子女之间传承的纵向关系, 在以孝至上的文化中强调服从, 青少年随着自我意识发展对平等更为敏感, 当子女认知以及为人处事的能力提升被父母看到, 往往带来家庭地位及权力分配的改变, 在家庭里得到的认可对青少年非常重要。此外, 与父母共同体的身份认同常让子女感到与父母的对抗和冲突是不对的, 引发愧疚和自责, 伴随长大更有能力区分人我界限, 逐渐学会保持亲密关系与独立意识的良好平衡。

社会取向的自我是我国青少年自我分化发展比较独特的表现, 反映了社会文化因素的影响, 伴随长大个体思考自己与家庭的关系、与社会群体的关系。父母对子女无微不至的照顾常常让子女背负压力产生亏欠心理, 希望有所成就作为对父母付出的交代, 用实际行动表达孝道。个体从家庭人发展成为社会人, 对社会环境的融入与适应是个体成熟的重要标志, 逐渐由家庭认同转向社会认同, 当个体转向寻求社会参照可以促进个体更加广阔自我成长, 对社会现实的理解和接纳有助于个体承担社会角色, 充分发挥社会功能。

5. 结论

本研究以不同年龄青少年为访谈对象, 基于自下而上的资料分析方法探索我国文化下青少年自我分化的内涵, 发现了与西方自我分化理论不同的独特表现。实现自我驱动和自我管理是青少年自我分化的指征, 在家庭关系中形成和发展人际互动模式, 青少年在社会角色中发展自我, 在容纳差异中逐渐适应社会, 探究自我分化发展历程发现个体化发展与文化因素密切相关。

基金项目

国家社会科学基金项目(14BSH084)。

参考文献

- 艾自琼(2014). *青少年自我分化及其与亲子三角关系的相关研究*. 上海市: 上海师范大学.
- 安芹, 邱彩虹, 王伟(2012). 大学生自我分化发展特点的质性研究. *中国临床心理学杂志*, 20(5), 713-716 + 726.
- 黄华(2008). 自我分化的意涵及其对亲子互动的启示. *湖北成人教育学院学报*, 14(3), 9-10.
- 李海燕(2012). *初中生人际自我分化及其对社会适应的影响*. 重庆市: 西南大学.
- 随明明(2010). *高中生自我分化的结构及其与依恋、自尊的关系研究*. 郑州市: 河南大学.
- 杨国枢(1993). 中国人的社会取向: 社会互动的观点. 载于杨国枢, 余安邦(主编), *中国人的心理与行为: 理念及方法* (页 87-142). 台北市: 桂冠图书公司.
- Blos, P. (1979). *The Adolescent Passage*. New York: International Universities Press.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason Aronson.
- Chung, H., & Gale, J. (2009). Family Functioning and Self-Differentiation: A Cross-Cultural Examination. *Contemporary*

Family Therapy, 31, 19-33. <https://doi.org/10.1007/s10591-008-9080-4>

Peleg, O., Halaby, E., & Whaby, E. (2006). The Relationship of Maternal Separation Anxiety and Differentiation of Self to Children' Separation Anxiety and Adjustment to Kindergarten: A Study in Druze Families. *Anxiety Disorders*, 20, 973-995. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.01.008>

Yousefi, A., Etemadi, O., & Bahrami, F. (2009). Structural Relationships between Self-Differentiation and Subjective Well-being, Mental Health and Marital Quality. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 3, 4-14.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org