

大学生恋爱主体性问卷的编制及信效度检验

曾泓玮

重庆师范大学教育科学学院, 重庆

收稿日期: 2026年7月16日; 录用日期: 2026年8月13日; 发布日期: 2026年8月26日

摘 要

当代青年在主体结构层面发生了“内在性转向”，“主体性”成为青年剖析亲密关系困境的核心话语。当概念缺失基于理论和现实的精准界定，其既无法客观分析青年困境，也难以提供真正辩证、可行的疏导思路。本研究基于Bowen自我分化理论，将恋爱关系中的主体性定义为个体在恋爱亲密关系中的自我分化水平，即个体在恋爱关系中能同时维持情感联结和独立自主的能力。本研究严格遵循标准化量表编制流程，编制当代大学生恋爱主体性问卷，通过文献梳理、开放式问卷、同行修订形成初始量表，以第一份大学生恋爱样本完成项目分析和探索性因素分析，以第二份大学生恋爱样本完成验证性因素分析与信效度检验。本研究得出以下结论：(1) 大学生恋爱主体性包含自我立场、情绪稳定性和非回避性亲密三维度；(2) 本研究编制的大学生恋爱主体性问卷具有理想的信度和效度，符合心理学测量标准，可以作为当代大学生恋爱主体性的测量工具。

关键词

大学生, 恋爱主体性, 自我分化, 亲密关系, 问卷编制

Development of the College Students' Romantic Subjectivity Questionnaire and Its Reliability and Validity Test

Hongwei Zeng

School of Educational Science, Chongqing Normal University, Chongqing

Received: July 16, 2026; accepted: August 13, 2026; published: August 26, 2026

Abstract

Contemporary youth have undergone an “inward turn” at the structural level of subjectivity, and “subjectivity” has become the core discourse adopted by young people to dissect dilemmas in

intimate relationships. If a construct lacks accurate definitions rooted in theory and real-world contexts, it can neither facilitate objective analysis of young people's predicaments nor yield truly dialectical and feasible intervention approaches. Based on Bowen's Differentiation of Self Theory, this study defines romantic subjectivity in romantic relationships as an individual's level of self-differentiation within romantic intimacy—namely, the ability to simultaneously preserve emotional bonds and maintain personal autonomy in romantic partnerships. Adhering strictly to standardized questionnaire development procedures, this research develops the College Students' Romantic Subjectivity Questionnaire. An initial scale was formed through literature review, open-ended questionnaires and peer expert revisions. The first sample of college students in romantic relationships was utilized for item analysis and exploratory factor analysis, whereas the second independent sample of dating undergraduates was employed for confirmatory factor analysis as well as reliability and validity tests. The conclusions of this study are presented as follows: (1) College students' romantic subjectivity encompasses three dimensions: self-stance, emotional stability, and non-avoidant intimacy; (2) the self-developed College Students' Romantic Subjectivity Questionnaire exhibits sound reliability and validity consistent with psychometric standards, and can be applied as a measurement instrument to evaluate romantic subjectivity among contemporary college students.

Keywords

University Students, Romantic Subjectivity, Differentiation of Self, Intimate Relationships, Questionnaire Development

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

近年来,属于哲学专业范畴的“主体性”一词,在网络和日常生活中逐渐流行起来,成为当代青年群体剖析自我、梳理人际关系的高频表达。随着亲密关系、原生家庭、个人主义等话题在互联网上引爆讨论,人们开始用“主体性缺失”来解释当代青年普遍面临的心理困境,同时也用“重建主体性”来帮助人们进行心理疗愈、启发人们进行自我成长。这与当代青年在主体结构层面发生了“内在性转向”(阎云翔,康岚,2026)相契合,所谓内在性转向,即将意义建构的核心从外部社会角色与成功叙事,转向内在情绪感受与心理自洽(阎云翔,康岚,2026)。本源于哲学专业范畴的主体性概念,被赋予心理学内涵。

“主体性”一词流行的原因是多方面的,一方面,当代青年普遍面临代际冲突、亲密关系失衡、职场内卷、多元评价体系下的自我认同危机等问题,因此迫切需要一套话语解释自身精神困境,“所有内耗的根源都是主体性缺失,解决的方案是重建主体性”正是当代网络自媒体整合多套理论,二次加工、概括出来的流行观点。另外,相比“做自己”“独立”等词语,“主体性”有其哲学、心理学等学科的理论渊源,可概括自主选择、情绪自洽、人际边界、自我实现等多重诉求,成为当代青年群体剖析自我、梳理人际关系的核心表达。另一方面,正是由于当代青年普遍面临精神困境,网络自媒体博主对“主体性”进行了专业概念的通俗简化,将其转化为可对照的行为特征,并提出实操性的心理建议,在算法推送作用加持下,促进了“主体性”的传播。

源自哲学的“主体性”概念在网络和日常生活中流行,为当代青年提供了心理疗愈、人际交往、自我成长的理论视角,但与此同时,网络简化改造后的主体性话语存在诸多局限与潜在负面影响。首先,网络中普遍流行的“主体性”缺乏完整学术内涵,易走向极端个体主义。原本马克思主义哲学中的主体性兼顾个体自主与集体联结、个人发展与社会责任,包含文化主体性、人民主体性等宏观维度(陈晓曼,

2022; 万光侠, 魏浩天, 2025), 但大众话语主要关注“主体性”在个体心理层面的内涵和意义, 聚焦“自我优先、守住边界”, 忽视个人与他人、群体和社会的辩证关系, 容易让青年形成“主体性等于以自我为中心, 迁就他人、包容妥协就是丢失主体性”的片面化思想, 否定人与人之间正常的磨合与双向付出。其次, 大众构建出“高主体性人设”, 其标准为情绪稳定、不依附他人、敢于拒绝和不刻意迎合等, 若青年将此作为评判自我的标准, 一旦自己在关系中产生负面情绪、依赖需求和心软妥协等, 就可能会自我批判“主体性太差”, 否定自身正常的情感需求, 制造出新的精神困境。再次, “主体性”被套用在生活中大部分场景, 概念不断延伸、泛化, 当概念缺失基于理论和现实的精准界定, 其既无法客观分析青年困境, 也难以提供真正辩证、可行的疏导思路。

建立亲密关系是人类的本能愿望, 是个体满足爱与归属需求的途径。亲密关系质量与个体主观幸福感和心理健康水平密切相关(高岚等, 2016; 焦姣等, 2025)。然而, 当代青年的亲密关系现状并不乐观, 例如, 有研究发现大学生对恋人过于依恋或冷淡(向叶敏等, 2015), 这也正是“主体性”一词流行所反映的当代青年的心理困境之一。

在此背景下, 有必要对“主体性”进行系统的学术梳理, 厘清其本源要义, 并立足当代青年的现实困境提出适配新时代的主体性概念。这不仅有利于传统概念在理论层面的时代更新, 也有利于客观回应当代青年的精神诉求, 为当代青年提供正向、辩证的价值导向。本研究将聚焦亲密关系领域中的主体性, 从心理学视角解释恋爱关系中的主体性内涵, 并编制一个符合心理测量学标准的大学生恋爱主体性问卷, 以为当代大学生健康亲密关系的建立提供科学的理论指导, 为恋爱主体性的测量、评估, 以及相关理论研究提供量化工具。

2. 理论基础

2.1. 成人依恋

依恋这一概念首先由 Bowlby (1979) 提出, 指婴儿与其养育者之间一种特殊的情感联结。随着心理学的不断发展, 依恋理论的研究对象逐渐从儿童深入到成人, 亲子关系、恋爱关系和同伴关系等亲密关系逐渐被纳入依恋研究。Brennan & Shaver (1998) 将成人依恋划分为焦虑和回避两维度, 焦虑即担心被抛弃、害怕不被爱、对关系排斥信号高度敏感, 回避即抗拒亲密融合、排斥情感依赖、压抑依恋需求。依恋焦虑的个体在亲密关系中表现为过于关注和依赖对方, 情绪波动较大(McClure & Lydon, 2014); 依恋回避的个体在亲密关系中表现为对对方不够信任, 对亲近他人感到不适, 习惯采用回避的方式处理人际关系, 难以与对方维持适当的亲密。

在当代“主体性”语境中, 恋爱主体性强调个体拥有自身的独立性, 不会过于关注和依赖对方, 而是将注意力更多地放在自身的感受和成长中, 也就是说, 恋爱主体性强的个体应是低焦虑型依恋。建立亲密关系是人类的本能愿望, 是个体满足爱与归属需求的途径, 而依恋则是“从摇篮到坟墓”的终身现象, 是人类正常的情感需求。恋爱主体性应强调个体在恋爱关系中拥有与伴侣亲密的能力, 而非疏离、回避。也就是说, 安全型依恋(低焦虑低回避)是恋爱主体性的应有之义, 既能保持自身一定的独立性又能在关系中与对方适度亲密, 这是对自身、伴侣以及亲密关系的信任。

2.2. 自我概念

James (1890) 首次将自我划分为主我(I)与客我(Me), 明确了自我的双重属性。主我(I)是当下正在体验的自我, 客我(Me)是被认知的自我。James 进一步将客我(Me)划分为物质自我(躯体、外貌、财产等可感知的物理存在)、社会自我(他人眼中的自我、社会角色、人际关系身份)和精神自我(性格、能力、价值观、情绪等内在心理特质)三个维度。Cooley (1902) 提出镜像自我(Looking-Glass Self), 认为个体的自我概念并

非先天形成,而是通过人际关系中的他人反馈,即个体通过“镜像”的方式,借助他人的态度与评价来认识自我,强调了自我概念的社会性。**Rogers (1961)**认为,自我概念包含了以“我”(I 或 Me)为特征的所有观念、知觉和价值,并且个体总是以自我概念来评价自己的每一个经验,使这些经验和感受与自我概念相和谐。

总的来说,自我概念强调对自我的认识,是个体对自我认知的心理表征,而“主体性”不仅强调对自我的认识,还强调对自我立场的坚守,强调自己与他人的关系边界。**James** 对自我的“主客”之分强调主我(I)是感受者,客我(Me)是自己或他人评价中的那个自己,而“主体性”则是要求个体区分自己与他人,区分自己的事和他人的事,区分自己的感受和他人的感受。恋爱主体性应强调个体对自身需求、感受和原则等有一个清晰的认知,并且能够通过满足自身需求,关注自身感受和坚持自身原则等维持并巩固自己的主体性。

2.3. 情绪稳定性

情绪稳定性指个体面对压力、冲突等负性刺激时情绪波动幅度较小、恢复速度较快、不易陷入焦虑、愤怒、内耗等负面情绪的稳定倾向。“主体性”强常被认为具有较强的情绪稳定性,其情绪稳定的支撑如下:一是个体拥有自身的独立性,可以通过独立自主和自我价值的实现为自己提供情绪价值;二是个体拥有与人亲近的能力,在社交中不易焦虑或回避;三是个体能够区分自我与他人,并通过自我概念的和谐使内心平衡。恋爱主体性应强调个体在恋爱情境中具有较强的情绪稳定性。

2.4. 自我分化

自我分化的概念来源于 **Bowen** 的家庭系统理论。**Bowen (1976, 1978)**从个人的内心层面和人际关系层面定义自我分化。个人内心层面的自我分化指个体能够区分情感与理智的能力,也就是情绪掌控能力(**Bowen, 1978**);人际关系层面的自我分化指个体在与人际交往过程中能够在独立自主与亲密体验之间维持平衡的能力(**Bowen, 1978**)。自我分化良好的个体,在亲密关系中能够坦然接纳自己渴望与他人建立情感联结的心理需求,且不会通过融合与恋人的界线、过度依赖和控制等来消除内心的不安全感(**单志芳, 2014**),同时,这类人清楚自己在关系中的位置,对自我有正确的认识,并能够在压力情景下坚持自我的立场(**Kerr & Bowen, 1988**);而自我分化不良的个体,情绪性支配方式占主导地位,容易受他人思想、情绪的影响,过度依赖他人或固执要求他人对自己依从(**单志芳, 2014**)。

根据自我分化的理论构想,个体在成长过程中内心会经历“个体化”与“亲密化”两种力量的抗衡(**涂翠平等, 2008**),个体化将个体在心理上与家庭有所分离,避免丧失自主;亲密化则牵引个体在心理上与家庭维持一种密切的联系,满足归属感的需求。自我分化水平决定个体能否平衡这两股力量。如果个体化的力量在个体自我分化过程中占主导地位,成为核心力量,则会促使个体阻断与家庭成员的情感联结,忽视和拒绝亲密的需要,过于强调自我感受;如果亲密化的力量在个体自我分化过程中占主导地位,个体则会过度依赖家庭成员,模糊自身与他人的边界,不清楚自己在关系中的位置,没有清晰且稳定的自我认知,难以坚持自己的信念,情绪易受他人言行、态度支配。

随着研究的深入,**Kerr** 和 **Bowen** 将自我分化划分为四个维度:情绪反应(Emotional Reactivity)、自我位置(I-Position)、情感阻隔(Emotional Cut-off)和与人融合(Fusion with Others) (**Kerr & Bowen, 1988**)。情绪反应是个体在面对重要关系事件时,对刺激的敏感程度、产生情绪的反应强度,反映个体的情绪稳定性特征;自我位置表示个体在面对压力时在多大程度上坚持自我立场,反映个体坚持自己观点、立场的能力特征;情绪阻隔表示个体因亲密体验或人际交往中的焦虑或恐惧而回避他人的情绪或行为,反映个体在关系中对自我情感的过度防御、隔绝和逃避;与人融合表示个体与其重要人物的关系融合程度,包括

过于认同或过度依赖他人,反映个体在关系中过度卷入的程度。自我分化水平越高,个体在恋爱、家庭关系中的自主性、情绪调节能力与心理适应水平越突出;反之,则易出现依附共生、情绪失控、关系疏离等适应问题。

基于 Bowen 家庭系统理论,本研究认为,恋爱关系中的主体性是个体在恋爱亲密关系中的自我分化水平,即个体在恋爱关系中能同时体验亲密与独立,能同时维持情感联结和独立自主的能力。本研究初步拟定恋爱主体性的四维度为:情绪稳定性、自我立场、非回避性亲密和去融合共生。

3. 研究方法

3.1. 研究对象

采用随机抽样的方式,通过 Credamo 见数平台发放问卷,对恋爱中的在读大学生进行调查。数据采集过程严格遵循知情同意原则。无效数据剔除标准为:(1) 问卷填写时间过短;(2) 规律性作答;(3) 明显乱答。样本 1 共回收问卷 276 份,其中有效问卷回收量达到 250 份,有效回收率为 90.58%。样本 2 共回收问卷 247 份,其中有效问卷回收量达到 230 份,有效回收率为 93.12%。

样本 1:用以进行项目分析和探索性因素分析。其中,大一学生 22 人(8.80%),大二学生 31 人(12.40%),大三学生 73 人(29.20%),大四学生 69 人(27.60%);研究生及以上学生 55 人(22.00%);男生 94 人(37.60%),女生 156 人(62.40%)。

样本 2:用以进行验证性因素分析和信效度检验。其中,大一学生 19 人(8.26%),大二学生 39 人(16.96%),大三学生 56 人(24.35%),大四学生 66 人(28.70%);研究生及以上学生 50 人(21.74%);男生 94 人(40.87%),女生 126 人(59.13%)。

3.2. 量表编制过程

① 编制初始量表

初始问卷的编制主要经历以下 4 个步骤:(1) 梳理相关学术概念,对主体性、自我分化等相关构念进行系统梳理,明确其定义、维度及测量工具,为“恋爱主体性”的概念界定和维度划分提供学理参照;(2) 收集目标群体的经验理解,通过开放式问卷调查,面向恋爱中的大学生群体搜集关于“恋爱主体性”的理解和行为表现,为初始问卷的题目设计提供思路;(3) 结合理论梳理与开放式问卷调查结果,初步拟定“恋爱主体性”的概念、维度,以及问卷题目;(4) 邀请 3 名心理学研究生对初始问卷题目进行细致的修改和完善。依据这些步骤,拟定了 28 个初始题目,采用 Likert 五分制评分方式,受测者根据自身情况与问卷题目的契合度进行评分,得分较高意味着较契合。

② 正式量表的确定

通过对初始量表数据进行项目分析和探索性因素分析,继而通过验证性因素分析和信效度验证,完成了正式量表的制定,该量表涵盖三个维度,分别是自我立场、情绪稳定性和非回避性亲密,共 18 个题目。

③ 统计处理

采用 SPSS 27.0 进行项目分析、探索性因素分析、信度分析与效度分析。采用 Spsspro 对数据进行验证性因素分析。

4. 研究结果

4.1. 项目分析

采用样本 1 的数据进行项目分析。首先,将量表总得分前 27%和后 27%作为高、低分组,对两组被试在 28 个初始题目上的得分进行独立样本 t 检验,结果显示,两组被试在 28 个题目上都显示出显著的

分数差异($|t|=4.032\sim 19.450, p<0.001$), 28个初始题目的区分度均较好, 全部保留。其次, 考察题总相关系数, Pearson 相关分析结果显示, 28个题目得分与总分的相关系数 r 为 $0.413\sim 0.789$, 均大于 0.4 , 说明28个题目与量表整体之间具备良好的内部同质性, 即每道题目测量的内容与量表整体想要测量的内容高度统一。

4.2. 探索性因素分析

采用样本1的数据进行探索性因素分析, 结果显示, $KMO=0.949; \chi^2=5068.080, df=378 (p<0.001)$, 数据适合进行探索性因素分析。采用主成分分析法抽取出公因子, 最大方差正交旋转获取因子载荷矩阵, 并依据以下标准进行题项的剔除: (1) 题项的共同度小于 0.4 ; (2) 题项的因子载荷值小于 0.5 ; (3) 题项存在严重跨载荷问题; (4) 题项分类错误; (5) 公因子包括的题项数量小于 3 个。通过多次探索性因素分析, 最终删除了 10 个题项, 保留了三个因子, 18 个题项。三个因子的特征值均超过 1 , 共解释了 67.997% 的总方差。详见表1。

Table 1. Factor loadings of each item in exploratory factor analysis($n=250$)

表 1. 探索性因素分析各条目因子负荷结果($n=250$)

项目	因子 1	因子 2	因子 3	共同度
1. 只要伴侣坚持, 我就会放弃自己的想法顺从对方。	0.832			0.763
2. 面对伴侣不合理的要求, 我会拒绝。	0.811			0.701
3. 因为害怕分手, 我会放弃自己的原则和底线。	0.800			0.745
4. 为了维系恋爱关系, 我常常牺牲自己的底线和诉求。	0.791			0.725
5. 即使伴侣不认同, 我也会坚持自己正确的选择。	0.734			0.715
6. 为了避免冲突, 我会无条件妥协退让。	0.698			0.533
7. 我的心情不会被伴侣的态度左右。		0.877		0.808
8. 恋爱中的矛盾不会干扰我的情绪。		0.865		0.760
9. 伴侣冷淡时, 我不会陷入焦虑和内耗。		0.823		0.692
10. 我不会因为伴侣的负面评价, 而自我怀疑。		0.790		0.738
11. 面对恋爱中的突发问题, 我能保持冷静。		0.743		0.658
12. 和伴侣发生争吵时, 我能慢慢平复情绪。		0.548		0.518
13. 一和伴侣吵架, 我就想拉黑、疏远对方。			0.841	0.747
14. 和伴侣吵架后, 我不会冷战、失联。			0.794	0.670
15. 即使到情感疲惫, 我仍会与伴侣保持情感联结。			0.775	0.607
16. 只要恋爱让我感到压力, 我就会回避。			0.746	0.638
17. 恋爱出现矛盾时, 我会主动沟通解决。			0.729	0.672
18. 我愿意向伴侣表达我内心的脆弱与不安。			0.619	0.550
特征值	7.584	2.787	1.868	
方差贡献率	42.134%	15.485%	10.378%	
累计方差贡献率	42.134%	57.619%	67.997%	

考虑到理论框架、各题项所呈现的内容和因子的贡献率,本研究对各因子进行了命名。其中,第一个因子包含 6 个问项,命名为自我立场,指个体在恋爱关系中,能坚守个人需求、原则底线,不盲从、不无底线妥协的能力;第二个因子包含 6 个问项,命名为情绪稳定性,指个体在恋爱关系中,不被关系矛盾、伴侣的态度和评价过分裹挟,保持情绪稳定的能力;第三个因子包含 6 个问项,命名为非回避性亲密,指个体在面对恋爱矛盾、情感疲惫和关系压力时不逃避、不疏离,能主动维持情感联结的能力。

自我分化理论提出情绪反应、自我位置、情感阻隔和与人融合四维结构,而本研究经探索性因素分析只得出自我立场、情绪稳定性和非回避性亲密三维结构,其原因如下,原始理论中与人融合与自我位置呈负向对立关系,二者属于同一心理连续体的两端,在恋爱场景中,坚守独立自我立场与过于认同或过度依赖伴侣的融合行为高度耦合,测量条目在因子载荷上高度聚合,无法拆分为两个独立因子,二者共同归属于自我立场维度。

4.3. 验证性因素分析

为了确保恋爱主体性量表结构符合测量学标准,对样本 2 的数据进行验证因素分析,将探索性因素分析所得结构进行拟合,模型拟合结果显示: $\chi^2/df = 2.118$, $RMR = 0.073$, $NNFI = 0.944$, $CFI = 0.955$, $NFI = 0.911$, $GFI = 0.911$, $RMSEA = 0.070$ 。其中 χ^2/df 介于 1~3 区间, $RMR < 0.08$, $NNFI$ 、 CFI 、 NFI 、 GFI 均大于 0.90, $RMSEA < 0.08$, 各项拟合指标均达标。拟合结果详见表 2。

Table 2. Goodness-of-fit indices of the confirmatory factor model (n = 230)
表 2. 验证性因素模型拟合度指标(n = 230)

χ^2/df	RMR	NNFI	CFI	NFI	GFI	RMSEA
2.118	0.073	0.943	0.951	0.911	0.911	0.070

4.4. 信度分析

① 组合信度

当量表为复合型或包含多个分维度时,组合信度可用于评估量表的可靠性。在本研究中,针对当代大学生的恋爱主体性量表包含三个分维度,可进行组合信度的检验。恋爱主体性的 CR 值分别为 0.929、0.909、0.918 (详见表 3),均高于 0.7 的临界标准,各因子内部问项的一致性表现良好。

Table 3. Composite reliability and convergent validity indices of each dimension (n = 230)
表 3. 各维度组合信度、收敛效度指标(n = 230)

项目	自我立场	情绪稳定性	非回避性亲密
AVE	0.690	0.636	0.653
CR	0.929	0.909	0.918

② 内部一致性信度

采用 Cronbach'α 系数检验恋爱主体性量表的内部一致性信度,结果如表 4 所示。自我位置、情绪稳定性、非回避性亲密能力三个维度的 Cronbach'α 系数分别为 0.917、0.923、0.902,总量表的 Cronbach'α 系数为 0.934,所有维度与总量表的 Cronbach'α 系数均高于 0.9 的优秀临界标准,表明量表各维度内部题项一致性水平极高,整体测量稳定可靠,具备良好信度。

Table 4. Internal consistency reliability of romantic subjectivity (n = 230)
表 4. 恋爱主体性的内部一致性信度(n = 230)

	自我立场	情绪稳定性	非回避性亲密	总量表
Cronbach'α	0.917	0.923	0.902	0.934

4.5. 效度分析

① 区分效度

对量表各维度得分与总分之间两两进行 Pearson 相关分析, 结果显示, 各维度两两之间的相关系数介于 0.483~0.526 之间, 各维度之间存在中等强度的正相关, 说明各维度之间具有内在关联性, 且不存在高度重叠, 量表区分效度良好。详见表 5。

Table 5. Pearson correlation analysis between dimension scores and the total score (n = 230)
表 5. 维度得分与总分的 Pearson 相关分析(n = 230)

	总分	自我立场	情绪稳定性	非回避性亲密
总分	1			
自我立场	0.817***	1		
情绪稳定性	0.839***	0.521***	1	
非回避性亲密	0.803***	0.526***	0.483***	1

注: *** $p < 0.001$ 。

② 收敛效度

由表 5 可知, 各维度与总分之间的相关系数介于 0.803~0.839 之间, 各维度与总分之间存在高度正相关, 说明每个维度都能有效反映量表整体特质, 量表收敛效度良好。通过平均方差萃取(AVE)与组合信度(CR)检验量表收敛效度, 结果显示, 各因子的 AVE 值分别为 0.690、0.636、0.653, 均大于 0.5 临界标准; 组合信度 CR 值依次为 0.929、0.909、0.918, 均高于 0.7 临界标准(详见表 3), 说明各维度题项聚合程度良好, 量表收敛效度理想。

③ 结构效度

验证性因素分析结果初步表明该量表结构效度良好, 结合区分效度和收敛效度均达标, 可得出结论, 该量表结构效度良好。

5. 讨论

5.1. 大学生恋爱主体性的结构

本研究结果表明, 当代大学生恋爱主体性的心理结构呈三维特征, 具体包括自我立场、情绪稳定性和非回避性亲密。自我立场指个体在恋爱关系中, 能坚守个人需求、原则底线, 不盲从、不无底线妥协的能力; 情绪稳定性指个体在恋爱关系中, 不被关系矛盾、伴侣的态度和评价过分裹挟, 保持情绪稳定的能力; 非回避性亲密指个体在面对恋爱矛盾、情感疲惫和关系压力时不逃避、不疏离, 能主动维持情感联结的能力。

Bowen 家庭系统理论将自我分化划分为情绪反应、自我位置、情感阻隔和与人融合四个独立维度, 但本研究基于中国大学生恋爱样本开展探索性因素分析后, 仅析出自我立场、情绪稳定性和非回避性亲

密三维度,其原因如下:首先,从心理测量逻辑看,Bowen划分的“自我位置”和“与人融合”本身是对立统一的连续变量,即自我立场越高,个体越拒绝与伴侣边界融合,与人融合倾向越强,个体越容易忽视自我立场;其次,在集体主义文化下,“自我位置”和“与人融合”并非两种独立特质,而是同一尺度的高低两极;同时,结合当代青年“内在性转向”(阎云翔,康岚,2026),国内大学生对“主体性”的理解侧重“守住边界”而忽视“去融合共生”,且网络话语将“共生”定义为主体性缺失的表现,使两类题项载荷高度聚合,统计上无法分离。合并后的自我立场维度同时包含坚持自我立场与拒绝边界融合双重内涵,契合本土青年对恋爱主体性的现实诉求。该维度体系的建立立足理论和现实,基于自我分化理论和对恋爱中的大学生群体的调查,经探索性因素分析、验证性因素分析,兼具合理性与现实适配性。

5.2. 大学生恋爱主体性的现实意义

本研究将恋爱主体性定义为个体在恋爱关系中能同时体验亲密与独立、能同时维持情感联结和独立自主的能力,并将其划分为自我立场、情绪稳定性和非回避性亲密三维度,为恋爱关系背景下的“主体性”话语提供了理论指导,可为当代青年提供一个辩证、平衡的“主体性”认知框架,以指导他们在恋爱关系中处理自我与他人的关系。

首先,恋爱主体性强调亲密与独立的平衡,而非仅关注自我。自我立场不是极端个人主义,而是对自身需求和原则等有一个清晰的认知,并且能够在恋爱关系中满足自身合理的需求、坚持自身原则和底线,其强调的是对自我的坚守而非自私自利。非回避性亲密不仅是对自身情感需求的接纳,也是对伴侣情感需求的回应。所以,恋爱主体性并非仅关注自我,而是在保有独立自我的前提下去爱与被爱。

其次,恋爱主体性强调情感联结,强调与他人正常的磨合与付出。非回避性亲密是个体在面对恋爱矛盾、情感疲惫和关系压力时不逃避、不疏离,能主动维持情感联结的能力。在亲密关系中,矛盾是难以避免的,主体性强的个体应是坦然接受并解决问题,而非逃避、疏离。情绪稳定性是个体在恋爱关系中,不被关系矛盾、伴侣的态度和评价过分裹挟,保持情绪稳定的能力。从“认知-情绪-行为”角度来看,恋爱主体性强的个体,对恋爱关系中的矛盾、伴侣的态度等与自身的关系有一个合理的认知,所以情绪不会被过分裹挟,能更好地区分理智与情感,而在面对关系矛盾和伴侣态度时与对方在思想和行为上的碰撞何尝不是彼此之间的一种磨合。

最后,恋爱主体性强调情绪的稳定性,启发情绪的认知调节。“人非草木,孰能无情?”在任何人际关系中,情绪的产生都是正常现象。主体性强的个体在面对情绪事件时,并非毫无波澜,而是能够通过认知调节平衡理智与情绪。在恋爱情境中,主体性强的个体在面对情绪事件时仍然会产生情绪,但不会将自我价值绑定在对方的态度上,其情绪支撑更多来源于自我认同。

综上,恋爱主体性为当代青年平衡恋爱关系中的独立与亲密、自我与他人的关系提供了清晰可行的行动逻辑:青年应当以清晰稳定的自我立场守住个人底线与内在需求,在保有完整自我的基础上去爱与被爱;通过情绪调节区分自我价值与伴侣态度,不因关系波动陷入自我否定或情绪失控,实现理智与情感的平衡;同时主动面对恋爱冲突,以非回避方式维系双向情感联结,接纳亲密关系中磨合、付出的必要性,最终达成不丢失自我、不隔绝亲密,既能守住自身边界、又能真诚联结伴侣的平衡状态。应指出的是,恋爱主体性是一种能力,其或许有时间滞后效应,即不是立马获得,而是在亲密关系中逐渐习得。

5.3. 量表的信度和效度

本研究严格遵循问卷编制的标准,对当代大学生恋爱主体性量表进行编制和检验。首先,对相关理论进行了梳理和分析,其次,通过开放式问卷调查收集了恋爱中的大学生群体对于恋爱主体性的经验理解,最后,结合理论和开放式问卷调查结果拟定了初始量表,同时听取了心理学研究生的建议,对初始

量表进行了细致修改。经过项目分析对问项的区分度和适合度进行了检验,然后通过探索性因素分析得到三个维度,包含18个题项,累计方差贡献率为67.997%。经过验证性因素分析发现模型拟合良好, $\chi^2/df = 2.118$, $RMR = 0.073 < 0.08$, NNFI、CFI、NFI、GFI均大于0.9, $RMSEA = 0.07 < 0.08$ 。

通过多种方法考察当代大学生恋爱主体性量表的信效度。量表各维度的组合信度介于0.909~0.929之间;总量表的内部一致性信度为0.934,分量表的内部一致性信度介于0.902~0.923之间,证实了量表具有较高信度,说明该量表具有很好的稳定性。在区分效度的检验中,各维度两两之间的相关系数介于0.483~0.526之间,表明维度之间存在中等相关,显示了维度之间的相互关联又相互独立,表明量表区分效度良好。在收敛效度的检验中,各维度与总分之间的相关系数介于0.803~0.839之间,各维度与总分之间存在高度相关;各维度AVE值介于0.636~0.691之间,均大于0.5临界标准,表明收敛效度良好。验证性因素分析、区分效度分析和收敛效度分析的结果可证明该量表具有良好的结构效度。

6. 研究局限与展望

本研究严格遵循量表编制的标准化流程,完成了当代大学生恋爱主体性量表的编制与信效度检验,最终形成了三维度18题量表,符合心理测量学的各项标准,可有效评估大学生恋爱主体性水平,可作为后续相关研究的可靠测量工具。但受研究条件、研究设计与样本范围限制,仍存在一定局限。

首先,研究样本存在局限性。本研究测量核心为恋爱主体性,仅选取处于恋爱状态的大学生施测,符合量表编制的逻辑,但样本结构存在明显失衡。两份有效样本中大一学生占比均不足10%,低年级恋爱群体样本偏少;男女被试分布差异较大,男性占比均未达到50%,女性样本占比偏高。由于样本代表性受限,研究结论向外推广至全体大学生时存在一定偏差。其次,量表维度体系仍有拓展空间。本研究基于自我分化理论结合大学生开放式问卷调查结果,初步拟定了恋爱主体性的四维结构,但在探索性因素分析过程中,依据统计标准合并了原始理论中的与人融合维度,最终得到自我立场、情绪稳定性和非回避性亲密三维结构,整体虽契合当代青年恋爱交往的核心特征,但恋爱主体性是复杂的综合性心理特质,除本研究聚焦的维度外,是否还有其他维度仍需探索。基于以上反思,今后研究需做以下改进:(1)注意样本结构均衡性,提升样本代表性;(2)在扎根理论的基础上,结合质性访谈等方法进一步挖掘大学生恋爱主体性的内涵与外延,适时对问卷内容进行修改和完善。

参考文献

- 陈晓曼(2022). 马克思人民主体性思想的内在逻辑及当代价值. *品位·经典*, (3), 18-21, 65.
- 单志芳(2014). *大学生成人依恋、自我分化与亲密关系满意度的关系研究*. 硕士学位论文, 长沙: 湖南师范大学.
- 高岚, 王可欣, 陈晨, 周奕欣, 金铃, 周明洁(2016). 大学生依恋类型、亲密关系满意度与抑郁的关系研究. *中国全科医学*, 19(31), 3850-3854.
- 焦姣, 牡丹, 史璐(2025). 亲密关系满意度对大学生主观幸福感的影响: 一项日记追踪研究. *心理发展与教育*, 41(5), 720-729.
- 涂翠平, 夏翠翠, 方晓义(2008). 西方心理分离的研究回顾. *心理科学进展*, (1), 134-142.
- 万光侠, 魏浩天(2025). 文化主体性的唯物史观阐释. *马克思主义与现实*, (4), 42-49.
- 向叶敏, 许智曜, 郑莉君(2015). 大学生恋人依恋现状及与亲密关系质量的关系. *健康研究*, 35(1), 49-50, 53.
- 阎云翔, 康岚(2026). 退守内心(上): Z世代的内在性转向与“情感革命”. *当代青年研究*, (2), 1-22.
- Bowen, M. (1976). Theory in the Practice of Psychotherapy. In J. H. Brown, & D. N. Christensen (Eds.), *Family Therapy: Theory and Practice* (pp. 42-90). Garner Press.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson.
- Bowlby, J. (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. Tavistock Publications.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1998). Attachment Styles and Personality Disorders: Their Connections to Each Other and

to Parental Divorce, Parental Death, and Perceptions of Parental Caregiving. *Journal of Personality*, 66, 835-878. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00034>

Cooley, C. H. (1902). *Human Nature and the Social Order*. Charles Scribner's Sons.

James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. Holt. <https://doi.org/10.1037/10538-000>

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation: An Approach Based on Bowen Theory*. W. W. Norton & Company.

McClure, M. J., & Lydon, J. E. (2014). Anxiety Doesn't Become You: How Attachment Anxiety Compromises Relational Opportunities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106, 89-111. <https://doi.org/10.1037/a0034532>

Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton-Mifflin.