

假想伙伴综述及青少年和成人研究展望

米家文 贾培钰

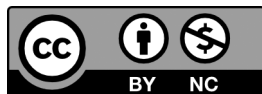
西南民族大学，成都

摘要 | 假想伙伴指儿童在与其他人直接游戏或对话的一段时间内，所命名和指向的是一个看不见的角色或客观实物。假想伙伴的研究始于20世纪初，大量以儿童为对象的研究表明其在儿童中并不罕见。然而，近年来国外的研究发现，有一定比例的青少年和成人也存在假想伙伴现象。本综述总结了假想伙伴的概念与先前研究，探讨了研究青少年和成人假想伙伴现象的可行性与价值，介绍了青少年和成人中新兴的假想伙伴形式——图帕，最后阐述了对未来的假想伙伴研究的展望。

关键词 | 假想伙伴；图帕；青少年和成人

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/>



1 引言

皮亚杰将2~6岁的学前期儿童所处的独特的游戏发展阶段命名为象征性游戏或者假装游戏阶段(傅宏、陶琳瑾, 2015)。假装游戏作为幼儿的主要的游戏形式之一, 涉及使用现有的玩具代替虚构的物品, 通过扮演不同角色来对不同的人物的状态进行心理表征(陈英和、姚端维、郭向和, 2001)。假想角色(Imaginary Character)是儿童假装游戏的一个组成部分, 包括假想同伴(Imaginary Companions)和角色扮演两种表现形式(Taylor, 1997; 李秀珊等, 2009)。因此, 有学者认为儿童与假想伙伴玩耍互动属于假装游戏的范畴(程利国, 1996; 林其羿, 2018)。

儿童的假想伙伴的研究始于20世纪, 哈维(Harvey)是较早研究该现象的学者之一。他于1918年的著作中指出, 儿童产生“假想玩伴”的概率约为6%左右(Harvey, 1918)。然而, 后续其他学者的研究表明, 假想伙伴的发生概率可能不止于此。例如, 20世纪30年代, 斯文森(Svendsen)在一项研究中, 提出了假想伙伴的操作性定义: “一个看不见的角色, 在与其他人的对话中命名和提及, 或者直接玩耍一段时间, 对孩子来说具有现实的气息, 但没有明显的客观依据。”即使这一定义排除了儿童将

基金项目: 创新型科研一般项目(项目编号: YB2023586)。

通讯作者: 米家文, 西南民族大学在校研究生, 研究方向: 心理咨询。

文章引用: 米家文, 贾培钰. 假想伙伴综述及青少年和成人研究展望[J]. 中国心理学前沿, 2023, 5(8): 879-890.

<https://doi.org/10.35534/pc.0508102>

某物体拟人化 (Personified Objects) 和儿童自己假扮扮演某个角色的游戏两种形式, 仍发现 4 至 6 岁的被试中假想伙伴的产生率约为 13%。同一时期也有其他学者的研究中显示了儿童与假想伙伴玩耍的现象主要发生在 3 到 4 岁的儿童中 (Ames, 1946)。而在半个多世纪以后的一些研究中显示, 曾经拥有或有假想伙伴的儿童的比例可能更高。例如, 泰勒和卡尔森 (Taylor and Carlson, 1997) 通过双向访谈法发现, 在 154 名 3 至 4 岁儿童中, 有 28% 的儿童报告存在假想伙伴现象; 泰勒 (Taylor, 1999) 在 100 名儿童中, 发现该现象的发生率为 63%; 霍夫 (Hoff et al., 2005) 在 69 名四年级学生中发现有 52% 的学生报告自己有假想伙伴。国内研究也表明, 假想伙伴在儿童中有较高的发生率, 例如林其羿 (2015) 和吴灵欣 (2012) 等人以 5 至 6 岁儿童为研究对象, 使用双向访谈法的发现存在假想伙伴现象的儿童分别占总体的 30.7% 和 41.2%。然而, 一些研究显示了不同的结果, 例如布伦丁和普拉特 (Bouldin and Pratt, 1999) 对 478 名 3 至 9 岁儿童的问卷调查结果显示, 仅有 17% 的儿童拥有假想伙伴。这种差异可能源于调查方法的不同或所使用的定义和标准的不同。综合诸多研究结果, 总体来说, 在儿童身上, 假想伙伴可以看作一种常见的心理现象。

2 假想伙伴的概念

自斯文森根据其理解提出假想伙伴的操作性定义后, 随后其他学者在自己的研究中提出了不同的定义。例如, 曼斯威特等人 (Manosevit et al., 1973) 在他们的编制的问卷 (The Imaginary Companion Questionnaire) 中, 将假想伙伴明确定义为“在玩耍和日常活动中孩子与之互动的一个非常生动的想象人物 (人、动物或物体)”。尽管拟人化物体或儿童赋予人格特征的物质物体被明确排除在斯文森的定义外, 但后来的一些学者将它们纳入了其操作性定义中 (Aguilar et al., 2017; Gleason, 2005), 哈里斯 (Harris, 2000) 将这两种形式的想象同伴游戏描述为角色扮演的持续形式, 这两种形式的关键特征在于儿童将他们想象中的同伴视为一个独立的个体。国内学者傅锐整合了国外学者观点, 提供了假想伙伴的客观定义: 假想伙伴是指儿童在与其他人直接游戏或对话的一段时间内, 所命名和指向的一个看不见的角色或客观实物, 包含不可见的、无外部实物依托的幻想伴从和存在于现实世界中、被个体赋予拟人化特征的客观实物 (傅锐、李丹, 2010)。此后, 国内众多学者在研究假想伙伴时采用了此定义 (林其羿等, 2013; 钟云辉、唐宏, 2014; 程利国、林其羿, 2012; 裴敏俊、高华, 2014)。

3 各流派的相关研究

3.1 精神病理学的研究

关于假想伙伴与精神障碍的关系的问题, 仍然有诸多的争议。

一些学者, 如迈尔斯 (Myers, 1976), 推测假想伙伴可能是成人期边缘型障碍的前兆, 斯文森、艾姆斯和勒尼德 (Svendsen, Ames, and Learned, 1946) 以及曼思维特 (Manosevitz) 等人提供的数据一定程度上支持了他的观点, 发现特别孤独的儿童可能会更多地使用想象中的同伴; 纳格拉 (Nagera, 1969) 指出, 强烈的幻想生活常常预测了从现实世界中退缩的行动, 转而进入更令人满意的内心世界。分离性身份障碍 (DID) 在儿童群体中极为罕见 (Boysen, 2011), 假想伙伴的创造通常与替代人格的

发展重叠或先于替代人格的发展 (Pica, 1999), 还有研究发现, 在患有分离性障碍的人中, 假想伙伴的发生率比正常样本高得多 (McLewin L A and Muller R T, 2006)。

然而, 林其羿等人 (2013) 却发现, 有假想伙伴的 3 至 6 岁儿童的想象和现实区分能力要好于没有假想伙伴的儿童。布伦德 (Blender, 1946) 通过对 14 个案例的分析, 指出有假想伙伴的儿童不能被认为是精神病儿童, 也没有理由认为它们代表了精神病前状态的特征, 假想伙伴是儿童用来补充环境经验不足的和情感不足的一种心理机制。有学者认为, 假想伙伴不应被视为精神障碍的表现 (Seiffge-Krenke, 1997)。

研究中被试的选择、筛选标准和收集信息方式可能是导致研究结果存在差异的原因。

3.2 精神分析的研究

精神分析学家将假想伙伴视为一种防御机制, 是主体愿望导向的目标和实现的途径。例如, 布伦德和沃格尔 (Bender and Vogel, 1941) 在关于假想伙伴的文章中将这种现象视为“儿童用来补充环境经验不足和情感不足, 特别是不令人满意的亲子关系, 从而剥夺或扭曲现实经验的一种心理机制”“想象中的同伴是各种心理机制的代表, 包括本我冲动、自我理想、超我、攻击性和内疚倾向、拒绝感和自卑感的拟人化”。斯珀林 (Sperling, 1954) 将幻想伴侣视为早期自我理想形成的原型。而巴赫 (Bach, 1971) 通过对数个案例的分析发现, 假想伙伴的出现通常是为了应对自恋受挫的打击, 主要原因是失去了对现实的全能控制。迈尔斯 (Myers, 1976) 同样认为, 儿童通过创造假想伙伴来控制早期严重的自恋苦行, 减轻不可接受的影响, 并且更有可能在成年后成为一个有创造力的人。

精神分析学家们通过与儿童对话、观察儿童与假想伙伴的游戏, 以及与成年来访者探讨童年时的假想伙伴, 分析他们当时潜意识的内容。然而, 正如泰勒 (Taylor, 1997) 所言, 这些学者的被试主要来自他们的治疗室, 因此对有假想伙伴的个案研究可能会使他们更倾向于认可适应不良甚至是有人格缺陷的结论。

3.3 认知发展的研究

与精神分析学家强调假想伙伴的内心基础不同, 认知发展学家的研究则更多地将这种现象视为一种有意义的发展过程。

许多研究结果显示, 假想伙伴的产生与某些积极的特征有一定的联系。在假想伙伴的创造和互动过程中, 想象力和创造力起着重要作用, 因此这两个方面受到了许多学者的关注。研究表明, 拥有假想伙伴的儿童更有可能创造关于神话人物的故事并进行幻想游戏 (Bouldin and Pratt, 1999)。拥有假想伙伴的孩子的父母也认为他们更有想象力, 并表现出更多幻想 (Bouldin and Pratt, 2001)。创造力和假想伙伴之间的关联也得到了研究的支持, 假想伙伴游戏也是角色扮演的一种更复杂的表达方式, 其特点是能够脱离情境, 或者在游戏过程中的不同情境里运用现实生活情境 (Somers and Yawkey, 1984)。假想伙伴游戏和叙事都被视为需要去情境化的符号思维类型, 支持这一观点的证据包括特利翁菲和里斯 (Trionfi and Reese, 2009) 研究, 发现假想伙伴与创作和叙事能力之间存在正相关。拥有假想伙伴的孩子表现出更出色的叙事能力, 但在词汇技能和故事理解方面与没有假想伙伴的孩子没有差异。拥有假想

伙伴的儿童更有可能在故事中使用对话和时间定位因果术语,这些是高级的叙事元素,可以更有效地传达叙事。这些结果被认为是假想伙伴在创造性任务中可能提供的优势。

此外,假想伙伴也被认为能够缓解儿童孤独感、提供娱乐和陪伴(Gleason et al., 2000; Majors and Baines, 2017),此外,它们还可能提升儿童自尊、协助儿童完成现实任务,帮助儿童应对困境(Aguiar, 2017; McLewin and Muller, 2006)。假装游戏还有助于儿童练习心智理论中涉及的技能,比如识别他人的信念和情感(Gimenez-Das et al., 2016; Hoff, 2004),同时也能增强与他人沟通的能力(Lin et al., 2020)。

4 青少年和成人的假想伙伴研究的可能

通常情况下,孩子们在三岁左右开始创造假想伙伴,并逐渐展开其他形式的假装游戏。大多数假想伙伴的研究集中在学龄前儿童的经验上,然而也有研究证据显示,假想伙伴可以持续到儿童中期和晚期(D. Pearson et al., 2001; Taylor et al., 2004),但是相比之下,有关青少年和成人的假想伙伴的研究则较为缺少。那么青少年和成人是否拥有假想伙伴呢?答案是否定的。本节将探讨青少年和成人的假想伙伴研究的可能性和必要性,以及一些相关现象,以期展望关于非儿童假想伙伴的研究。

4.1 假想伙伴在青少年和成人中的普遍性

假想伙伴并非只在幼儿或儿童期出现,事实上,它们也可能在青少年和成人中产生。辛格(Singer)的研究结果表明,假想伙伴通常会在6~8岁时离开儿童,但是“与假想伙伴在意念中沟通”的过程则会在成人期出现并可能持续一生(Singer, 1991; 傅锐、李丹, 2010)。谢夫(Schaefer, 1969)认为假想伙伴在青春期早期逐渐被提及。塞弗里德·克伦克(Seiffge-Krenke, 1997)的调查发现,约三分之一的12~17岁青少年在日记中会与他们创造的假想伙伴进行对话。这些青少年不仅展现出良好的应对、社交和创造能力,也为假想伙伴的研究提供了新的视角。在泰勒(Taylor, 2010)的研究中,平均年龄为12岁的被试中,约有10%的孩子仍保留着假想伙伴,但这些孩子的父母往往认为他们有更多问题行为。

一些学者认为成年人同样可能创造出类似假想伙伴的想象伴侣并与之互动(Taylor and Mannering, 2007)。泰勒等人(Taylor et al., 2003)指出,成年的小说家所感知到的他们创造的角色具有独立的思想和行动的现象(The Illusion of Independent Agency)与儿童的假想伙伴类似。塔尔希奥卢和泰勒(Tahiroglu and Taylor, 2019)对大学生进行的研究发现,约27%的参与者报告有想象中的假想伙伴。一项涵盖1472名成人的调查中,约有7.5%的被试报告曾拥有假想伙伴。需要注意的是,这些结果可能受到受试者学历水平的影响,因为超过80%的被试拥有硕士及以上学位(Fernyhough, 2019)。山口等人(Yamaguchi, 2023)在日语文化的群体中发现,约有10%~15%的成年人拥有假想伙伴。此外,一些研究表明,即使是老年人也可能创造假想伙伴,并通过其在生活中的存在来减轻孤独感,发挥补偿作用(O'Mahony M, Shulman K, and Silver D, 1984),这也验证了之前辛格(Singer)的观点,即假想伙伴可能贯穿一生。

尽管国内外学者已在儿童假想伙伴研究中从有无假想伙伴的差异性比较逐步深入探究假想伙伴的想象性关系对儿童的影响,形成了人格、认知和社会性发展的三个理论主线(林其羿等, 2016),然而,

针对青少年和成人的假想伙伴的深入研究仍然相对较少,在这方面,学者们主要关注假想伙伴在青少年和成人中的普遍性,以及一些心理体验或特质的相关性。此外,也有一些基于心理治疗案例的研究涉及拥有假想伙伴的青少年和成人。综上所述,国外研究揭示了青少年和成人中存在部分个体拥有假想伙伴的现象,这表明将青少年和成人纳入研究范围,探究其假想伙伴现象具备一定的可行性。

4.2 以儿童为研究对象的局限

在针对儿童的假想伙伴研究中,访谈法是常用的方法之一。这种方法以口头谈话的方式从孩子或父母那里收集第一手资料,通常用于了解孩子有无假想伙伴,获得孩子有关假想伙伴的描述以及其他信息。有学者认为使用访谈法的研究者应该考虑受访者的身心发展程度、认知水平和说话习惯,应合理选择提问的方式、用词和内容范围,即要让受访者能听懂问题(杨威,2001)。考虑到学前儿童的语言表达能力,他们可能出现词语误用、搭配不当等偏误(翁楚倩,2017),而在记忆方面,有研究显示儿童相比成人更容易受重复提问(Moston,1987)、访谈者权威性(Aveling and Hargreaves,1971)和情绪状态(Ridley et al.,2002)等因素的影响,导致出现更多的受暗示和错误记忆。因此,儿童访谈可能受到他们思维和语言能力的限制,从而影响信息的收集和研究结果的准确性、可靠性。泰勒(Taylor,1993)的一项研究中,在访谈的基础上增加了实验室互动,通过观察、了解和验证收集到的信息。在更多的研究中,学者们采用双向访谈法来减少偏误。

这种方法可以通过家长报告获得拥有假想伙伴的儿童的信息。家长报告可以反映他们对孩子假想伙伴的看法和态度,提供关于假想伙伴生成和变化的线索。例如,特利翁菲和里斯(Trionfi and Reese,2009)为研究儿童的假装游戏与叙事能力的关系,使用了受访儿童的母亲的报告,这为了解儿童与假想伙伴的互动过程,以及儿童叙事能力提供了新的视角。然而,使用家长报告同样存在一定的风险,因为有些家长可能对孩子的假想伙伴知之甚少,甚至有些家长可能不知道自己的孩子是否拥有假想伙伴。施梅切尔(Schmechel,1975)的研究显示,大约有三分之一的父母不知道孩子是否拥有假想伙伴,其他包含家长报告的研究也显示了类似的结果。此外,父母可能难以准确地描述孩子的假想伙伴的具体特征或内部特征(Mauro,1991)。纳格拉(Nager)认为成人假想伙伴的现象在研究中缺乏应有的关注。鉴于青少年和成人相对于儿童具有更为完善的认知和语言能力,将青少年和成人作为受试者或访谈对象可能为深入研究“假想伙伴”这一心理现象提供另一途径。

5 新兴的假想伙伴现象:图帕

图帕学(Tulpamancy)是一种在意识中创造图帕(Tulpa)并与之互动的实践,图帕被创造者体验为头脑中完全自主和有意意识的“实体”(Isler,2017)。另有学者认为图帕是个体通过思维上的冥想训练,创造出来的有感知力的假想伙伴(Veissière,2015)。在国外的图帕社区中(Tulpa.info),图帕被描述为“头脑中的独立意识,与个体自身分离的内在人格,这个人格宛如正常人一样,拥有独立的知觉、意识和感受,甚至记忆”。图帕的练习者们认为图帕可以通过类似幻听、幻视或幻触的幻觉体验与创造者交流和互动,甚至在创造者的主动控制下与自己的图帕交换“身体控制权”,国内也涌现了一定数量的图帕练习者,并形成了相应的社区,图帕同样被国内社区认为是在表现上与假想伙伴相似。图帕与儿童

的假想伙伴的相同之处在于，创造者的视角中都是在他们头脑中存在的独立的个体，而图帕更类似“不可见的、无外部实物依托的幻想伴从”这一类型的假想伙伴，但在图帕创造者的描述中，图帕具有相当清晰的形象特征和更完善的感知觉能力与人格。将图帕视为一种青少年或成人的假想伙伴可能与青少年期和成人期思维能力的发展有关。此外，假想伙伴和图帕被创造的动机也较为相似，儿童创造假想伙伴通常是因为他们希望获得陪伴（Maylor, 1997），图帕的创造者将孤独和社交焦虑视为开始练习的动力，并报告了图帕让他们个人的社交生活发生了显著的改善，在假想伙伴的早期研究中，假想伙伴被担忧与分离性身份障碍相关。分离性身份障碍的基本特征是存在两种或两种以上的人格状态或分离性遗忘症、附体体验，由于图帕的创造者将他们的图帕视为有独立人格的个体、真实存在的生命，以及图帕可以通过创造者的练习，暂时地“占据”创造者的身体，可能存在一些潜在的风险后果，故在国外的一些讨论中，创造图帕被认为是与病态的行为相关。也有学者通过研究获得了反对的论据，例如韦西埃（Veissière, 2015）对被诊断为患有心理障碍或精神疾病的图帕创造者的一项调查结果显示受访者中近94%的人认为创造图帕改善了他们的状况，艾斯勒（Isler, 2017）的研究表明有74%的图帕创造者认为图帕对他们的生活产生了积极影响，其中的一些患有精神障碍的患者甚至报告了图帕能够帮助他们减轻症状，并声称图帕没有对他们诊断带来影响，由于该学者本人就是一名图帕创造者，并希望帮助创造图帕的行为去污名化，因此该研究可能带有一定的主观倾向性。DSM-5认为这些症状需要引起有临床意义的痛苦或是社会功能损害才能被诊断为分离性身份障碍，图帕则与之相反，在研究报告中多表现出积极的作用，不过诊断手册中也提及“有分离性身份障碍的个体通常会对他们的分离性和创伤后症状的影响轻描淡写”，该特点为研究者和临床工作者客观辨别分离性身份障碍增加了难度，而关于图帕与分离性身份障碍及其他精神障碍的区别和联系的研究仍然比较缺乏，图帕是否是疾病的潜在征兆亟待进一步研究。

图帕社区（Tulpa.cn）公开的介绍中提到，个体创造图帕前需要做好诸多的准备，包括信心、耐心、信念和责任感等，创造图帕是一个漫长的过程，个体需要集中注意力去想象图帕的形象、完善图帕的特点，为图帕创造生活的环境，不断地与其互动交流，直至感受到图帕清晰的存在与回应，听到图帕完整流畅地发出声音。这种主动地创造假想伙伴的行动在以往的研究中有所涉及，戴维斯等人（Davis et al., 2022）帮助9名儿童主动创造了类似于图帕的假想伙伴，这些假想伙伴具有与人类相同的生物特性、独立思考能力和独立的精神状态，它们可以为孩子提供情感支持和陪伴。该研究中主动创造的假想伙伴的描述与图帕相当接近，不同之处在于儿童的假想伙伴“处于”现实世界中，图帕多存在于个体为其搭建的“幻境”中。

除了与假想伙伴存在一定的相似之处，图帕与同样起源于西藏佛教修行的正念之间也存在部分相似之处。有目的地将注意力集中于当下，觉知每一个瞬间的体验是正念的关键之一（李英、席敏娜、申荷永, 2009），图帕的创造过程同样需要创造者高度集中注意力，通过内在创造或感知来构建图帕的形象。正念已被广泛地用于心理疾病的治疗，其有效性已得到诸多研究的证实。同样，图帕的研究表明，图帕练习者认为图帕有助于改善他们的症状。结合儿童研究中揭示的假想伙伴对儿童积极作用的发现，图帕可能具备与正念类似的潜力，但这还需要进一步的研究和深入探讨。

韦西埃（Veissière）的研究调查了人们图帕的不同观点，有些人将图帕与超个人心理学联系起来，而另一些人则将其理解为具有感知能力的心理结构。在图帕社区中，也有人将图帕学看作新的文化，属

于后现代的多元文化中的一种。意识是人脑的机能和属性，假想伙伴的产生、发展和变化都依赖于人脑的生理结构和功能。因此，无论是假想伙伴还是图帕，都不能脱离创造者的生理基础而存在，将图帕视作类似假想伙伴的心理现象和心理活动可能更便于进行科学的研究。

如前文所述，学者们关于创造图帕行为的益害评价尚未达成一致，仍处于讨论阶段。然而，我们也不能忽视当前和未来的现实状况。国外的研究和调查显示，大多数图帕创造者来自城市、中产阶级、青少年和年轻人，国内图帕社区的调查同样表明，图帕创造者多为年轻人，年龄中位数为17岁。尽管许多图帕社区不鼓励未成年人轻易创造图帕，但各类社交媒体平台上关于图帕的内容日益增多，相关浏览量也持续攀升。这使得许多未成年人开始了解图帕的概念和操作。因此，在中小学教育中，拥有假想伙伴的青少年数量可能逐渐增加，需要中小学教师和班主任对这种情况予以关注和引导。同时值得注意的是，韦西埃和艾斯勒的两项研究都发现，图帕创造者群体中心理障碍或精神发育障碍的患病率远高于这些障碍在一般人群中的患病率，大部分诊断发生在图帕诞生之前。在访谈中，绝大部分患者都表示图帕对他们的诊断造成额外的影响。国内图帕社区的调查结果也显示，有较多的图帕创造者患有某种心理障碍或精神疾病。韦西埃猜测其原因可能是图帕对这类群体有较强的吸引力。在临床工作中，这意味着随着拥有图帕的人数逐渐增加，临床从业者可能会越来越频繁地与图帕创造者接触，这需要临床从业者适应新的情境。

6 对未来研究的展望

6.1 研究假想伙伴活动的神经机制

近年来，事件相关电位（event-related potentials, ERPs）、脑电图（electroencephalogram, EEG）、经颅磁刺激（transcranial magnetic stimulation, TMS）、功能性磁共振成像（functional magnetic resonance imaging, fMRI）等认知神经科学技术快速发展，为研究者们提供了一种全新的视角，以更准确的方式深入理解人类心理现象与活动。这些技术已为揭示人类心理活动的本质和发展规律提供了新的证据。举例来说，一系列研究使用上述技术证实了正念冥想训练可以改变大脑半球的平衡、增强左侧前额叶脑区活动（Davidson et al., 2003），使大脑部分区域发生改变（Lazar S W et al., 2003; Luders et al., 2009），这使得学者们能够深入探究正念冥想调节情绪的机制。尽管认知神经科学技术在诸多领域取得了显著进展，但在假想伙伴研究领域的应用却相对不足。长达一个世纪的假想伙伴研究从最初的概念辨析、分类划分、功能探讨，逐渐发展到至今更为细致深入的阶段。但个体产生假想伙伴以及与其互动时的神经机制、脑结构变化等仍存在模糊之处。从实证科学的角度出发，认知神经科学可能有助于明确与假想伙伴产生和互动相关的特定脑区活动，进而揭示涉及想象、互动，以及与假想伙伴交流时的认知过程。展开追踪式的认知神经科学研究或可进一步促进我们理解儿童和成人在想象中创造假想伙伴时大脑的变化，深入揭示不同年龄阶段创造与互动方面的认知神经发展规律。

6.2 关注青少年或成人的假想伙伴现象

在以往的研究中，假想伙伴的调查对象主要为学龄前儿童和低年级的儿童，而对青少年和成人的研究相对较少。这种研究趋势反映了研究者的关注点和兴趣重点，可能由于年龄段儿童正处于发展的关键

期,同时假想伙伴在儿童中有更高的出现率,使得学者们更倾向于选择儿童作为调查对象。尽管如此,近年来国外开始逐渐关注青少年和成人阶段的假想伙伴现象,研究着眼于该阶段假想伙伴的现状、成因和影响。研究结果不仅显示确有一定比例的青少年和成人仍然保留或者创造了他们的假想伙伴,也揭示了该阶段的假想伙伴与儿童阶段的假想伙伴存在部分差异。随着图帕等类似的“多意识体”新兴亚文化的涌现与传播,将来可能有越来越多的个体创造出他们的假想伙伴,并被社会中其他成员感知和讨论。为应对将来可能出现的各种情况,帮助社会正确看待非儿童阶段的假想伙伴现象,避免主流文化与亚文化群体之间的对立,亟待国内外学者们予以青少年和成人的假想伙伴现象更多关注。

6.3 聚焦跨文化和本土化研究

米尔斯(Mills, 2003)的一项关于印度和美国的跨文化对比研究发现,印度文化中极少出现西方文化中的假想伙伴,而与之相类似的表现则被认为是儿童与他的“前世”交流的体现,但另一项研究显示,报告有“前世身份”的印度儿童也仅有0.2%(Barker and Pasricha, 1979),米尔斯对此提出了两种解释,一是印美两国儿童生活环境差异,二是不同文化对拥有假想伙伴的意义有着不同的认知。这种跨文化的对比研究为揭示假想伙伴怎样受到物质环境、社会文化环境的影响提供了更多支撑。国外有大量关于假想伙伴的长时间纵向追踪研究和小范围的横向研究,直接的跨文化对比研究则相对较少,大部分研究是立足于发达国家的现实条件与其本国文化背景下探讨。未来的研究可以通过进行跨文化比较,探索不同文化背景下假想伙伴的共同特征和差异。研究可以关注不同文化中假想伙伴的功能、类型和影响,从而深入了解文化背景对假想伙伴的塑造作用。

本土化是21世纪中国心理学的两大主题之一,也是为了更为合理有效地揭示和干预人类心理,特别是以文化样式体现的人类心理(葛鲁嘉, 2002)。中华民族文化历史源远流长,中华文化与现代中国的发展实际紧密结合,在世界文化中具有鲜明的特色,但国内研究中较少有关于中外的假想伙伴在各方面的异同报告。针对不同文化背景,未来的研究可以更加注重本土化研究,深入了解假想伙伴在我国文化中的特点和作用,为我国文化背景下的教育、心理辅导和社交发展提供实际指导。

参考文献

- [1] 程利国,林其羿.假想伙伴与儿童语言叙述能力发展之间的关系研究综述[J].宁波大学学报(教育科学版),2012,34(5):39-43.
- [2] 陈英和,姚端维,郭向和.儿童心理理论的发展及其影响因素的研究进展[J].心理发展与教育,2001(3):56-59,27.
- [3] 傅宏,陶琳瑾.儿童心理咨询与治疗[M].南京:南京师范大学出版社,2015:123.
- [4] 傅锐,李丹.儿童的假想伙伴:理论与实证研究[J].心理科学,2010,33(1):78-82.
- [5] 裴敏俊,高华.假想伙伴对3~6岁幼儿社会观点采择能力的影响研究[J].贵州师范学院学报,2014,30(6):69-73.
- [6] 葛鲁嘉.中国心理学的科学化和本土化——中国心理学发展的跨世纪主题[J].吉林大学社会科学学报,2002(2):5-15.
- [7] 李秀珊,李红,雷怡,等.儿童假装游戏中假想角色现象初探[J].心理发展与教育,2009,25

- (2): 8-12, 27.
- [8] 李英, 席敏娜, 申荷永. 正念禅修在心理治疗和医学领域中的应用[J]. 心理科学, 2009, 32(2): 397-398, 387.
- [9] 林其羿. 假想伙伴与4到6岁儿童同伴发展的关系研究[D]. 南京: 南京师范大学, 2018.
- [10] 林其羿, 程利国, 舒文. 假想伙伴对5~6岁儿童同伴接纳发展的影响[J]. 中国儿童保健杂志, 2015, 23(3): 261-264.
- [11] 林其羿, 舒文, 王益富, 等. 假想伙伴对5~6岁儿童守恒能力发展的影响[J]. 中国儿童保健杂志, 2013, 21(12): 1256-1258, 1272.
- [12] 林其羿, 傅宏, 王港, 等. 儿童的假想伙伴与其认知、人格和社会性发展的关系[J]. 学前教育研究, 2016(5): 35-45.
- [13] 林其羿, 吴灵欣, 程利国. 假想伙伴对5~6岁儿童想象和现实区分能力的影响[J]. 中国儿童保健杂志, 2013, 21(6): 607-609.
- [14] 吴灵欣, 林其羿, 罗奕高, 等. 假想伙伴对5~6岁儿童自我意识发展的影响研究[J]. 上海教育科研, 2012(11): 41-45.
- [15] 翁楚倩. 自主表达语境下的学前儿童句法特征研究[D]. 西安: 陕西师范大学, 2017.
- [16] 杨威. 访谈法解析[J]. 齐齐哈尔大学学报(哲学社会科学版), 2001(4): 114-117.
- [17] 钟云辉, 唐宏. 假想伙伴对5~6岁儿童分享行为的影响[J]. 中国儿童保健杂志, 2014, 22(9): 969-971.
- [18] Ames L B, Learned J. Imaginary companions and related phenomena[J]. The Pedagogical Seminary and Journal of Genetic Psychology, 1946, 69(2): 147-167.
- [19] Aguiar N R, Mottweilier C M, Taylor M, et al. The imaginary companions created by children who have lived in foster care[J]. Imagination, cognition and personality, 2017, 36(4): 340-355.
- [20] Aveling F, Hargreaves H L. Suggestibility with and without prestige in children[J]. British Journal of Psychology, 1921, 12(1): 53.
- [21] Bouldin P, Pratt C. Characteristics of preschool and school-age children with imaginary companions[J]. The Journal of Genetic Psychology, 1999, 160(4): 397-410.
- [22] Boysen G A. The scientific status of childhood dissociative identity disorder: A review of published research[J]. Psychotherapy and psychosomatics, 2011, 80(6): 329-334.
- [23] Bach S. Notes on some imaginary companions[J]. The psychoanalytic study of the child, 1971, 26(1): 159-171.
- [24] Bouldin P, Pratt C. The ability of children with imaginary companions to differentiate between fantasy and reality[J]. British Journal of Developmental Psychology, 2001, 19(1): 99-114.
- [25] Bender L, Vogel B F. Imaginary companions of children[J]. American Journal of Orthopsychiatry, 1941, 11(1): 56.
- [26] Barker D R, Pasricha S K. Reincarnation cases in Fatehabad: A systematic survey in North India[J]. Journal of Asian and African Studies, 1979, 14(3): 231.
- [27] Davidson R J, Kabat-Zinn J, Schumacher J, et al. Alterations in brain and immune function produced by mindfulness meditation[J]. Psychosomatic medicine, 2003, 65(4): 564-570.
- [28] Davis P E, King N, Meins E, et al. 'When my mummy and daddy aren't looking at me when I do my maths she helps me'; Children can be taught to create imaginary companions: An exploratory study[J]. Infant and

- Child Development, 2023, 32 (2) : e2390.
- [29] Fernyhough C, Watson A, Bernini M, et al. Imaginary companions, inner speech, and auditory verbal hallucinations: what are the relations? [J] . Frontiers in Psychology, 2019 (10) : 1665.
- [30] Gleason T R. Mothers' and fathers' attitudes regarding pretend play in the context of imaginary companions and of child gender [J] . Merrill-Palmer Quarterly (1982-), 2005 (4) : 412-436.
- [31] Gleason T R, Sebanc A M, Hartup W W. Imaginary companions of preschool children [M] //Annual Progress in Child Psychiatry and Child Development 2000-2001. Routledge, 2002: 101-122.
- [32] Giménez-Dasí M, Pons F, Bender P K. Imaginary companions, theory of mind and emotion understanding in young children [J] . European Early Childhood Education Research Journal, 2016, 24 (2) : 186-197.
- [33] Harvey N A. Imaginary playmates and other mental phenomena of children [M] . State Normal College, 1918.
- [34] Hoff E V. Imaginary companions, creativity, and self-image in middle childhood [J] . Creativity Research Journal, 2005, 17 (2/3) : 167-180.
- [35] Harris P L. The work of the imagination [M] . Blackwell Publishing, 2000.
- [36] Hoff E V. A friend living inside me—The forms and functions of imaginary companions [J] . Imagination, Cognition and Personality, 2004, 24 (2) : 151-189.
- [37] Isler J J. Tulpas and mental health: A study of non-traumagenic plural experiences [J] . Research in psychology and behavioral sciences, 2017, 5 (2) : 36-44.
- [38] Lin Q, Fu H, Wan Y, et al. Chinese children's imaginary companions: Relations with peer relationships and social competence [J] . International Journal of Psychology, 2018, 53 (5) : 388-396.
- [39] Lazar S W, Kerr C E, Wasserman R H, et al. Meditation experience is associated with increased cortical thickness [J] . Neuroreport, 2005, 16 (17) : 1893.
- [40] Luders E, Toga A W, Lepore N, et al. The underlying anatomical correlates of long-term meditation: larger hippocampal and frontal volumes of gray matter [J] . Neuroimage, 2009, 45 (3) : 672-678.
- [41] Mills A. Are children with imaginary playmates and children said to remember previous lives cross-culturally comparable categories? [J] . Transcultural psychiatry, 2003, 40 (1) : 62-90.
- [42] Manosevitz M, Prentice N M, Wilson F. Individual and family correlates of imaginary companions in preschool children [J] . Developmental Psychology, 1973, 8 (1) : 72.
- [43] McLewin L A, Muller R T. Childhood trauma, imaginary companions, and the development of pathological dissociation [J] . Aggression and Violent Behavior, 2006, 11 (5) : 531-545.
- [44] Majors K, Baines E. Children's play with their imaginary companions: Parent experiences and perceptions of the characteristics of the imaginary companions and purposes served [J] . Educational and Child Psychology, 2017, 34 (3) .
- [45] Moston S. The suggestibility of children in interview studies [J] . First Language, 1987, 7 (19) : 67-78.
- [46] Mauro J A. The friend that only I can see: A longitudinal investigation of children's imaginary companions [M] . University of Oregon, 1991.
- [47] Wayne A. Myers Imaginary Companions in Childhood and Adult Creativity, The Psychoanalytic Quarterly, 1979 (48) : 2, 292-307.

- [48] Nagera H. The imaginary companion: Its significance for ego development and conflict solution [J] . The Psychoanalytic Study of the Child, 1969, 24 (1) : 165–196.
- [49] O'Mahony M, Shulman K, Silver D. Roses in December: Imaginary companions in the elderly [J] . The Canadian Journal of Psychiatry, 1984, 29 (2) : 151–154.
- [50] Pica M. The evolution of alter personality states in dissociative identity disorder [J] . Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 1999, 36 (4) : 404.
- [51] Pearson D, Rouse H, Doswell S, et al. Prevalence of imaginary companions in a normal child population [J] . Child: Care, Health and Development, 2001, 27 (1) : 13–22.
- [52] Ridley A M, Clifford B R, Keogh E. The effects of state anxiety on the suggestibility and accuracy of child eyewitnesses [J] . Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition, 2002, 16 (5) : 547–558.
- [53] Svendsen M. Children's Imaginary Companions [J] . Archives of Neurology And Psychiatry, 1934, 32 (5) .
- [54] Singer D G, Singer J L. The house of make-believe: Children's play and the developing imagination [M] . Harvard University Press, 2009.
- [55] Seiffge-Krenke I. Imaginary companions in adolescence: Sign of a deficient or positive development? [J] . Journal of adolescence, 1997, 20 (2) : 137–154.
- [56] Sperling O E. An imaginary companion, representing a prestige of the superego [J] . The Psychoanalytic Study of the Child, 1954, 9 (1) : 252–258.
- [57] Somers J U, Yawkey T D. Imaginary play companions: Contributions of creative and intellectual abilities of young children [J] . The Journal of Creative Behavior, 1984, 18 (2) : 77–89.
- [58] Schaefer C E. Imaginary companions and creative adolescents [J] . Developmental Psychology, 1969, 1 (6p1) : 747.
- [59] Singer L. Imagination and make-believe play in early childhood: Some educational implications [J] . Journal of Mental Imagery, 1990 (1) : 127–144.
- [60] Schmechel L L K. The relationship of children's belief in Santa Claus to causal reasoning and fantasy predisposition [M] . The University of Texas at Austin, 1975.
- [61] Taylor M. Imaginary companions and the children who create them [M] . Oxford University Press, USA, 1999.
- [62] Taylor M, Carlson S M. The relation between individual differences in fantasy and theory of mind [J] . Child development, 1997, 68 (3) : 436–455.
- [63] Trionfi G, Reese E. A good story: Children with imaginary companions create richer narratives [J] . Child development, 2009, 80 (4) : 1301–1313.
- [64] Taylor M, Carlson S M, Maring B L, et al. The characteristics and correlates of fantasy in school-age children: imaginary companions, impersonation, and social understanding [J] . Developmental psychology, 2004, 40 (6) : 1173.
- [65] Taylor M, Hulette A C, Dishion T J. Longitudinal outcomes of young high-risk adolescents with imaginary companions [J] . Developmental psychology, 2010, 46 (6) : 1632.
- [66] Taylor M, Mannering A M, Goncu A, et al. The imaginary companions created by children and adults [M] . Psychology Press, 2007: 230–248.

- [67] Tahiroglu D, Taylor M. Anthropomorphism, social understanding, and imaginary companions [J] . British Journal of Developmental Psychology, 2019, 37 (2) : 284–299.
- [68] Taylor M, Hodges S D, Kohányi A. The illusion of independent agency: Do adult fiction writers experience their characters as having minds of their own? [J] . Imagination, cognition and personality, 2003, 22 (4) : 361–380.
- [69] Veissi è re S. Varieties of Tulpa experiences: Sentient imaginary friends, embodied joint attention, and hypnotic sociality in a wired world [J] . Somatosphere: Science, Medicine, and Anthropology, 2015 (4) : 3.
- [70] Yamaguchi M, Okanda M, Moriguchi Y, et al. Young adults with imaginary companions: The role of anthropomorphism, loneliness, and perceived stress [J] . Personality and Individual Differences, 2023 (207) : 112159.

A Review of Imaginary Companions and Prospects of Research on Adolescents and Adults

Mi Jiawen Jia Peiyu

SouthWest Minzu University, Chengdu

Abstract: Imaginary companions refer to an unseen character or object that a child names and refers to during direct play or conversations with others. Research on imaginary companions originated in the early 20th century and has continued to the present day. A plethora of studies, primarily focusing on children, indicates that imaginary companions are not uncommon among them. However, recent foreign researches have uncovered a certain proportion of adolescents and adults also experiencing the phenomenon of imaginary companions. This review summarizes the concept of imaginary companions and previous research in this area. It delves into the feasibility and value of investigating imaginary companion phenomena in adolescents and adults. Additionally, it introduces a novel form of imaginary companions found in adolescents and adults known as tulpa. Lastly, it outlines the prospects for future research into imaginary companions.

Key words: Imaginary companions; Tulpa; Teens and adults