

# 大学生感恩与自我和谐的交叉滞后分析

何安明<sup>1</sup>, 惠秋平<sup>1</sup>, 刘华山<sup>2</sup>

(1. 信阳师范学院教育科学学院, 信阳 464000; 2. 华中师范大学心理学院, 武汉 430079)

**【摘要】** 目的: 考察大学生在 5 个月期间感恩与自我和谐之间的因果关系。方法: 对河南省一所高校的 406 名大学生进行了 5 个月的纵向追踪研究, 采用青少年感恩量表(AGS)以及自我和谐量表(SCCS)调查大学生的感恩与自我和谐。然后采用二元交叉滞后回归分析法进行数据分析。结果: ①相关分析表明, 感恩与自我和谐之间的相关系数显著; ②交叉滞后回归显示, 在控制了前测的感恩之后, 前测的自我和谐及其自我灵活性维度均能显著预测后测的感恩; 在控制了前测的自我和谐之后, 前测的感恩对后测的自我和谐的预测作用不显著。结论: 感恩与自我和谐呈显著正相关, 自我和谐能够预测感恩。

**【关键词】** 大学生; 感恩; 自我和谐; 交叉滞后分析

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2013)05-0804-03

## Relationship Between Gratitude and Self Consistency and Congruence among Undergraduates: A Cross-lagged Regression Analysis

HE An-ming, HUI Qiu-ping, LIU Hua-shan

School of Education Science, Xinyang Normal University, Xinyang 464000, China

**【Abstract】 Objective:** To explore the cause-effect relationship between undergraduates' gratitude and self consistency and congruence during 5-months. **Methods:** 406 undergraduates from a university in Henan Province were conducted a 5-month follow-up study via cross-lagged regression. **Results:** ①The correlation analysis showed that correlation coefficient between gratitude and self consistency and congruence was significant; ②Cross lagged regression revealed that after gratitude at time1 under control, self consistency and congruence, self flexibility at time1 were positive predictors of gratitude at time 2, and after self consistency and congruence at time1 under control, gratitude at time1 was not a predictor of self consistency and congruence at time 2. **Conclusion:** There is a significant positive correlation between gratitude and self consistency and congruence; self consistency and congruence could predict gratitude.

**【Key words】** Undergraduates; Gratitude; Self consistency and congruence; Cross-lagged regression analysis

感恩是现代社会的热门话题。心理学界倾向于把感恩作为一种品质<sup>[1]</sup>, 感恩也是一种道德态度, 感恩作为道德态度是道德心理学的重要研究范畴<sup>[2]</sup>。目前有关感恩的研究主要集中在六个方面: 感恩与人格、感恩与健康、感恩与幸福感、感恩与亲社会行为、感恩与宗教及感恩的言语行为研究<sup>[3]</sup>。本研究所要探讨的感恩与自我和谐的关系就属于其中的感恩与人格的范畴。

心理学关于自我和谐的研究由来已久, 其中最具有代表性的人物是 Prescott 和 Rogers, Prescott 首先提出人的内心是由各种观念和态度构成的一个有组织的系统, 如果内部的各种成分之间没有严重冲突, 就会逐步实现内部和谐或一致性<sup>[4]</sup>。在人本主义心

理学家 Rogers 看来, 自我和谐是其人格理论中最重要的概念之一, 是自我内部的协调一致以及自我与经验的协调, 也就是一个人自我观念中没有冲突的心理现象, 自我与经验之间的不和谐是心理障碍产生的重要原因<sup>[5]</sup>。目前国内关于自我和谐的关系研究主要探究了应对方式、自尊、自我价值定位、自我分化、心理健康状况、社会支持、职业倦怠、幸福感等心理性因素与自我和谐的相关性<sup>[6-9]</sup>。相关研究已经表明感恩与自我和谐<sup>[10]</sup>、感恩与身心健康<sup>[7]</sup>之间关系密切, 但目前尚缺乏从因果层面上考察感恩与自我和谐之间关系的研究。

为了对感恩与自我和谐两变量间关系的研究做进一步验证和拓展, 作为前期横断研究<sup>[10]</sup>的深化, 本研究遵循历时系统设计的思想, 采用交叉时序滞后设计来考察感恩与自我和谐两个变量之间的相互作用及在情境中的稳定性, 以期探明变量间的相互预测关系, 揭示其中蕴涵的某些准因果关系, 为后续研究提供启迪。

**【基金项目】** 国家社会科学基金项目(12CSH021); 教育部人文社会科学青年基金项目(11YJCZH049, 12YJCZH080); 信阳师范学院高层次人才科研启动基金项目; 2012 年地方高校国家级大学生创新创业训练计划项目(201210477026); 2013 年度河南省高校科技创新人才(人文社科类)支持计划。

通讯作者: 何安明

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

采用方便取样法抽取河南某高校大一至大三的 9 个班学生进行追踪研究。测查分两次进行,中间相隔 5 个月。在前测时对三个年级被试的感恩与自我和谐进行施测,在后测时继续测查相同的变量,将在前测、后测中有缺失值或不认真答题的被试,以及只有前测、或只有后测的被试删除,最后保留有效被试共 406 名,大一、大二、大三的学生分别为 142、149、115 人。

### 1.2 工具

**1.2.1 感恩量表** 采用研究者自编的青少年感恩量表(Adolescent Gratitude Scale, AGS)。AGS 用于测量青少年外显的感恩特质,包含 6 个分量表:对自然恩惠的感知和体验、对自然恩惠的表达和回报、对社会恩惠的感知和体验、对社会恩惠的表达和回报、对他人恩惠的感知和体验、对他人恩惠的表达和回报。得分越高者,表示被试在该感恩的因素或整体表现上越好。该量表内部一致性系数为 0.84,间隔 1 个月的重测信度为 0.91,与 GQ-6 感恩量表(Gratitude Questionnaire-6)中文版之间的同时效度为 0.50,对社会支持的预测效度为 0.39<sup>[11]</sup>。在本研究中 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.85。

**1.2.2 自我和谐量表** 该量表由王登峰根据 Rogers 的自我和谐理论框架编制,共 35 道题目,五点式计分,包含三个分量表:自我与经验的不和谐、自我的灵活性和自我的刻板性,其同质性信度分别为 0.85、0.81、0.64。

## 2 结 果

本研究对所有被试分别进行了 4 组交叉滞后回归分析,以考察感恩与自我和谐之间的预测关系。

附图结果显示,前测与后测测得的感恩相关为 0.615 ( $P < 0.001$ ),而两次测得的自我和谐的相关为 0.655 ( $P < 0.001$ ),前测和后测测得的感恩与自我和谐的相关分别为 -0.372 ( $P < 0.001$ ) 和 -0.370 ( $P < 0.001$ ),表明同步相关和稳定性相关基本上一致,符合交叉滞后设计的基本假设<sup>[12]</sup>。

在附图中,两条交叉的斜线表示用 Enter 法进行的二元回归分析结果,斜线处的数据为标准化的偏回归系数  $\beta$ (下同)。控制了前测的自我和谐后,前测的感恩对后测的自我和谐无显著预测意义( $\beta = -0.017, P > 0.05$ );而控制了前测的感恩后,前测的自我和谐能显著正向预测后测的感恩( $\beta = -0.085, P < 0.05$ )。

感恩和自我与经验不和谐的交叉滞后回归分析结果显示,前测与后测测得的感恩相关为 0.615 ( $P < 0.001$ ),而两次测得的自我与经验不和谐的相关为 0.686 ( $P < 0.001$ ),前测和后测测得的感恩和自我与经验不和谐的相关分别为 -0.212 ( $P < 0.001$ ) 和 -0.207 ( $P < 0.001$ ),表明同步相关和稳定性相关基本上一致,符合交叉滞后设计的基本假设。

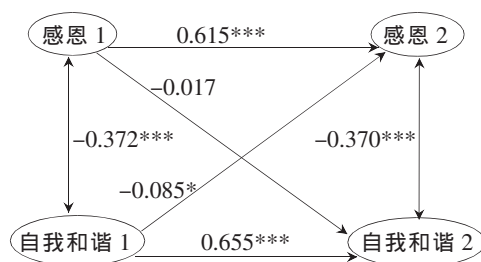
在感恩和自我与经验不和谐的关系上,控制了前测的自我与经验不和谐后,前测的感恩对后测的自我与经验不和谐无显著预测意义( $\beta = -0.027, P > 0.05$ );而控制了前测的感恩后,前测的自我与经验不和谐也不能显著预测后测的感恩( $\beta = -0.046, P > 0.05$ )。

感恩和自我灵活性的交叉滞后回归分析结果显示,前测与后测测得的感恩相关为 0.615 ( $P < 0.001$ ),而两次测得的自我灵活性的相关为 0.520 ( $P < 0.001$ ),前测和后测测得的感恩和自我灵活性的相关分别为 -0.443 ( $P < 0.001$ ) 和 -0.453 ( $P < 0.001$ ),表明同步相关和稳定性相关基本上一致,符合交叉滞后设计的基本假设。

在感恩和自我灵活性的关系上,控制了前测的自我灵活性后,前测的感恩对后测的自我灵活性无显著预测意义( $\beta = -0.049, P > 0.05$ );而控制了前测的感恩后,前测的自我灵活性能显著预测后测的感恩( $\beta = -0.083, P < 0.05$ )。

感恩和自我刻板性的交叉滞后回归分析结果显示,前测与后测测得的感恩相关为 0.615 ( $P < 0.001$ ),而两次测得的自我刻板性的相关为 0.462 ( $P < 0.001$ ),前测和后测测得的感恩和自我刻板性的相关分别为 -0.151 ( $P < 0.01$ ) 和 -0.222 ( $P < 0.001$ ),表明同步相关和稳定性相关基本上一致,符合交叉滞后设计的基本假设。

在感恩和自我刻板性的关系上,控制了前测的自我刻板性后,前测的感恩不能显著预测后测的自我刻板性( $\beta = -0.082, P > 0.05$ );而控制了前测的感恩后,前测的自我刻板性对后测的感恩也无显著预测意义( $\beta = -0.053, P > 0.05$ )。



附图 感恩和自我和谐交叉滞后回归分析图

注: \* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$ , \*\*\* $P < 0.001$

### 3 讨 论

研究结果发现,在感恩与自我和谐的关系上,自我和谐总分对感恩具有显著的预测作用,而感恩对自我和谐总分则没有显著的预测意义,因为在控制了前测的感恩后,后测的感恩对前测的自我和谐进行回归的标准化偏回归系数依然显著,表明前测的自我和谐对后测的感恩仍有独立的预测作用;而在控制了前测的自我和谐后,后测的自我和谐对前测的感恩进行回归的标准化偏回归系数不显著,表明前测的感恩对后测的自我和谐没有显著的预测作用。

在感恩与自我和谐自我与经验不和谐维度的关系上,自我与经验不和谐得分对感恩不具有显著的预测作用,而感恩对自我与经验不和谐得分也没有显著的预测意义。在感恩与自我和谐自我灵活性维度的关系上,自我灵活性得分对感恩具有显著的预测作用,而感恩对自我灵活性得分则没有显著的预测意义。在感恩与自我和谐自我刻板性维度的关系上,自我刻板性得分对感恩不具有显著的预测作用,而感恩对自我刻板性得分也没有显著的预测意义。

该研究中的同步相关分析结果与何安明、刘华山关于感恩与自我和谐之间关系的横向研究结果是一致的<sup>[10]</sup>,该研究既是对前期研究结果的再次验证,更是从纵向角度的进一步拓展,说明感恩与自我和谐之间不仅存在着较高的相关关系,而且存在着一定程度的因果关系。从因果关系上来说,自我和谐是因,感恩是果,自我和谐是影响因素,感恩是结果变量,大学生的自我和谐程度能够显著预测其感恩状况。

综合 Rogers、胡军生和吕乐等人关于自我和谐的研究可知,自我和谐是心理健康的标志之一,是一种稳定的人格特征<sup>[5,6-8]</sup>;而归纳申正付、何安明等人关于感恩的界定可知,感恩是一种品质、一种情感特质或情绪<sup>[1,2,11]</sup>。作为一种具有社会道德意义的情感

特质,感恩分为状态感恩和特质感恩两个类型,状态感恩具有较大的情境性、变异性,特质感恩具有较强的稳定性、一致性<sup>[11]</sup>。由此可见,感恩必然会受到具有更强稳定性、动力性的自我和谐这种人格特征的影响和制约,说明大学生的自我和谐程度越高,心理越健康,他们的感恩水平往往也随之越高。这一结果也再次提醒我们人格和心理健康对人生的重要性。

### 参 考 文 献

- 1 申正付,杨秀木,赵东诚,等. 大学生感恩品质量表的初步编制. 中国临床心理学杂志,2011,19(1):35-37
- 2 李建华,谢文凤. 道德态度研究综述. 吉首大学学报(社会科学版),2012,33(5):21-33
- 3 何安明. 农村初中骨干教师感恩、内省情绪智力和职业倦怠状况及其关系研究. 教育研究与实验,2011,2:36-41
- 4 Lecky P. Self-consistency; a theory of personality, 1945
- 5 Rogers CR. A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. Psychology: A Study of a Science, 1959, 3: 184-256
- 6 胡军生,王登峰,张掌然. 自我价值定位与青少年自我和谐的关系. 中国临床心理学杂志,2012,20(2):252-257
- 7 吕乐,龚建南,罗大华,等. 心理健康教育对医学院新生自我和谐水平的影响. 中国临床心理学杂志,2008,16(2): 208-209
- 8 安芹,邱剑,刘玉利. 大学生自我分化的发展及其与自我和谐的关系. 中国临床心理学杂志,2012,20(3):381-383
- 9 李志勇,吴明证. 大学生社会支持与主观幸福感的关系:自我和谐的中介作用. 中国临床心理学杂志,2010,18(3): 346-348
- 10 何安明,刘华山,惠秋平. 情绪智力在农村留守老人感恩与自我和谐之间的效应:中介还是调节. 心理学探新,2012,32(4):351-356
- 11 何安明,刘华山,惠秋平. 基于特质感恩的青少年感恩量表的编制——以自陈式量表初步验证感恩三维结构理论. 华东师范大学学报(教育科学版),2012,30(2):62-69
- 12 王重鸣. 心理学研究方法. 北京:人民教育出版社,1990

(收稿日期:2013-01-06)

(上接第 803 页)

- 8 程灶火,易媛,赵利云,等. 百项心理症状问卷编制和信效度研究. 中国临床心理学杂志,2012,20(5):585-589
- 9 Hiramura H, Uji M, Shikai N, et al. Understanding externalizing behavior from children's personality and parenting

characteristics. Psychiatry Research, 2010, 175: 142-147

- 10 Bayer JK, Sanson AV, Hemphill SA. Parent influences on early childhood internalizing difficulties. Journal of Applied Developmental Psychology, 2006, 27: 542-559

(收稿日期:2013-07-18)