

大学生现实—理想差异与自我效能、自我实现、自我认同及心理症状的关系

杨荣华^{1,*}, 陈中永²

(1.中国科学院心理研究所,北京 100101;中国科学院研究生院;

2.内蒙古师范大学,内蒙古 呼和浩特 010022)

【摘要】 目的:探讨大学生现实—理想差异与自我效能、自我实现、自我认同及心理症状的关系。方法:从某大学抽取 173 名大学生,用问卷法调查,采用相关分析和 *t* 检验分析处理数据。结果:①现实—理想差异与自我实现、自我认同、自我效能存在显著的负相关,高低自我差异组在这 3 个指标上有显著的组间差异;②现实—理想差异与 SCL-90 的九种心理症状存在显著的正相关,高低自我差异组在这 9 种症状上有显著的组间差异。结论:现实—理想差异与自我效能、自我实现、自我认同、心理症状关系密切。

【关键词】 现实—理想差异;自我效能;自我实现;自我认同;心理症状

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2010)04-0507-02

The Relationship Between Actual-ideal Discrepancy and Self-efficacy, Self-actualization, Self-identity and Mental Symptoms

YANG Rong-hua, CHEN Zhong-yong

Institute of Psychology, CAS, Beijing 100101, China

【Abstract】 Objective: To investigate the relationship between actual-ideal discrepancy and self-efficacy, self-actualization, self-identity and psychological symptoms. **Methods:** 173 undergraduates were sampled, analyzed the data using correlation analysis and *t*-test. **Results:** ① Actual-ideal discrepancy significantly correlated with self-efficacy, self-identity and self-actualization negatively. In the above 3 indices, there were significant between-group-differences in high-low groups of self-discrepancy. ② Actual-ideal discrepancy significantly correlated with the 9 symptoms measured by SCL-90 positively. In the 9 symptoms, there were significant between-group-differences in high-low groups of self-discrepancy. **Conclusion:** Actual-ideal discrepancy played a universal negative role in self-efficacy, self-identity, self-actualization and psychological symptoms.

【Key words】 Actual-ideal discrepancy; Self-efficacy; Self-actualization; Self-identity; Psychological symptoms

现实自我与理想自我的差异是心理学长期关注的领域。Higgins 等人于 1987 年提出了自我差异理论^[1,2]。自我差异 (self-discrepancy) 指现实自我与理想自我、应该自我之间的差距。自我差异理论提出自我差异的情绪效应假说,根据此假说,现实自我与理想自我的差异 (简称现实—理想差异) 会导致沮丧类情绪,因此,这种情绪会影响心理健康。即现实—理想差异越大则与心理健康有关的心理指标表现越差,心理症状的程度越大。自我差异的情绪效应假说得到大部分研究的支持^[3-8]。

以往大量的研究表明,自我效能、自我认同与心理健康有非常密切的关系,马斯洛把自我实现看作发挥自己的潜能、天资、素质,也与心理健康有密切的关系,而 SCL-90 所测量的 9 种症状是典型的心理症状。因此,本研究选取上述心理指标和症状进行

研究。根据自我差异的情绪效应假说,现实—理想差异会导致沮丧类情绪,而沮丧类情绪易于导致较低自我评价,因此,我们预期,现实—理想差异在上述心理指标和症状上有普遍的消极效应。

1 对象与方法

1.1 对象

从某大学的大二、大三学生中抽取有效被试 173 人,其中男生 58 人,女生 115 人,大二、大三学生人数分别为 95、78 人,中文师范本科、数学师范本科、工程管理、临床医学、应用心理专业分别为 40、39、23、28、43 人。

1.2 工具

1.2.1 自我效能问卷 共 10 个项目,原量表由张建新等人修订,分 4 级评定。本研究中,采用 5 级评定,从“非常不符合”到“非常符合”,Cronbach α 系数为 0.82。

1.2.2 自我实现问卷^[9] 由 Jones 和 Crandall 根据马

【基金项目】 南通大学教学研究课题科研基金(07A16)

通信作者:陈中永

* 南通大学

斯洛的自我实现概念编制的关于自我实现的简短测试,测量自我实现的可能程度,共 15 个项目,原量表分 4 级评定。本研究中采用 5 级评定,从“非常不符合”到“非常符合”,Cronbach α 系数为 0.72。

1.2.3 自我认同问卷^[9] 由 Ochse 和 Plug 编制,共 18 个项目,测量总的自我认同感,原量表分 4 级评定。本研究中采用 5 级评定,从“非常不符合”到“非常符合”,Cronbach α 系数为 0.79。

1.2.4 症状自评量表(SCL-90)^[10] 该量表由 Derogatis 编制,王征宇翻译。由 90 个项目组成,分 5 级评分(“从无”、“轻度”、“中度”、“偏重”、“严重”),测量 9 种心理症状。

1.2.5 现实—理想差异测量 借鉴 Carver 等人的经典测量方法^[11],从学业和非学业两个领域测量现实—理想差异,程序如下。第一步,对相应的概念进行界定,使被试对有关概念有清楚的了解,具体概念如下:学业理想自我;学业现实自我;非学业理想自我;非学业现实自我。第二步,要求被试用 15 个词组描述自己的理想自我的状况,其中学业理想自我方面的状况 6 个,非学业理想自我方面的状况 9 个。第三步,要求被试针对自己写出的理想自我的每一个状况,评价现实自我的相应状况与理想状况的差距大小,有 5 个选项,“差距非常大”、“差距较大”、“差距中等”、“差距较小”、“差距非常小”。各选项依次计 5、4、3、2、1 分。

2 结 果

2.1 现实—理想差异与自我效能、自我实现、自我认同、心理症状的相关关系

现实—理想差异与自我实现、自我认同、自我效能的相关系数分别为-0.297、-0.557、-0.365 (均 $P < 0.001$)。现实—理想差异与躯体化、强迫、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性的相关系数分别为 0.291、0.380、0.406、0.439、0.316、0.274、0.361、0.282、0.326(均 $P < 0.001$)。

2.2 高、低现实—理想差异组自我效能、自我实现、自我认同、心理症状比较

根据 27%的分组原则和被试得分分布情况的综合考虑,把 173 个被试的自我差异分数分为高低分组:得分为 2.4 分以上的为高分组,共 52 人(占 30%),得分为 1.6 分以下的为低分组,共 45 人(占 26%)。对高分组和低分组做 t 检验,结果见附表。

3 讨 论

相关分析和 t 检验的结果都表明,现实—理想差异在自我效能、自我实现、自我认同等指标上有消极效应,即现实—理想差异越大,则自我效能、自我实现、自我认同的水平越低。

已有的研究探讨人格特质方面的现实—理想差异与自我认同、自我效能的关系。发现现实—理想自我差异与自我效能、自我认同有显著的负相关。本研究的结果支持王垒^[12]的研究结论,也间接支持 Kodaira 的自我差异与优越、能力感显著负相关的结论^[3]。本研究发现,现实—理想差异在自我实现上有消极效应,这是以往没有探讨过的新的结果。

相关分析和 t 检验的结果都表明,现实—理想差异越大则 SCL-90 所测量的 9 种心理症状得分越高,即现实—理想差异在用 SCL-90 所测量的 9 种心理症状上有消极效应。

本研究以 SCL-90 所测量的 9 种心理症状为研究框架,研究结果表明,现实—理想差异能预测 SCL-90 所测量的 9 种心理症状,除了在恐怖、强迫症状、抑郁、焦虑 4 种症状验证了已有的研究结论外,躯体化、人际关系敏感、偏执、敌对、精神病性 5 种症状与现实—理想差异的关系几乎没有研究过,这是对已有研究的有益补充。

总之,本研究的结果肯定了在中国文化环境中,现实—理想差异在与心理健康有关的心理指标上也具有普遍的消极效应。研究结果可为大学生心理健康教育、心理咨询实践提供诊断、干预的参考和指导。

附表 高、低差异组自我实现、自我认同、自我效能、心理症状比较

	高差异组	低差异组	t 值	P 值
自我实现	3.16 ± 0.34	3.45 ± 0.48	-3.422	< 0.001
自我认同	3.04 ± 0.41	3.72 ± 0.51	-7.432	< 0.000
自我效能	3.01 ± 0.68	3.58 ± 0.55	-4.318	< 0.000
躯体化	1.48 ± 0.52	1.18 ± 0.28	3.571	< 0.001
强迫	2.01 ± 0.55	1.51 ± 0.41	5.058	< 0.000
人际敏感	1.89 ± 0.53	1.36 ± 0.38	5.819	< 0.000
抑郁	1.89 ± 0.56	1.34 ± 0.43	5.480	< 0.000
焦虑	1.61 ± 0.55	1.25 ± 0.39	3.767	< 0.000
敌对	1.61 ± 0.47	1.30 ± 0.31	3.834	< 0.000
恐怖	1.40 ± 0.43	1.11 ± 0.21	4.402	< 0.000
偏执	1.60 ± 0.52	1.27 ± 0.32	3.823	< 0.000
精神病性	1.61 ± 0.46	1.25 ± 0.32	4.568	< 0.000

参 考 文 献

- Higgins ET. Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 1987, 94(3): 319-340
- Higgins ET. Self-discrepancy theory: What patterns of self-beliefs cause people to suffer? In: Berkowitz L. *Advances in experimental social psychology*. New York: Guilford Press, 1989
- Kodaira H. The relationships between self-discrepancies, the sense of superiority and competence, and self-disgust

(下转第 468 页)

参 考 文 献

明模型的好坏。综合考虑其他拟合指标,IIP-32的八个因子能较好地拟合数据,这与 Vanheule 等人修订的荷兰版的 IIP-32 的结论是一致的^[9]。

与 Horowitz 等人编制的 IIP 手册中提供的 IIP-32 的信度相比较,本样本 α 系数稍低,但与 Vanheule 等人的结果相近。LK(过度屈从)的 α 系数较低,说明 LK 的 4 个条目还需要进一步修订以提高其信度。本研究 FG(社会抑制)重测信度稍低(0.799),而 IIP-32 的其它七个维度重测信度在 0.9 以上,证实了 IIP-32 的稳定性。

本研究采用了 SDS、SAS 和 SCL-90 这三种国内常用量表作为效标。采用 Horowitz 等人鉴定 IIP 效度的方法,计算 IIP 得分与症状测验之间的相关^[6]。本研究还比较了焦虑情绪组、抑郁情绪组和正常组在 IIP-32 上得分的差异。由于本研究样本量较大,t 检验可能夸大了 IIP-32 得分上在不同组别上的差异。为此,我们引入 cohen's d 检验效果量。从表 3 可知:对抑郁情绪组和非抑郁情绪组而言,除 NO 外,BC、DE、FG 在抑郁情绪组和非抑郁情绪组差异的效果量大,而 PA、HI、JK 和 LM 在抑郁情绪组和非抑郁情绪组差异的效果量中等;对焦虑情绪组和非焦虑情绪组而言,BC、DE、FG 效果量中等,而其它 5 个维度的效果量大。理论上,不当的人际行为会带来更多的心理困扰。抑郁情绪组、焦虑情绪组和 SCL-90 的 10 个因子的阳性组一致地表现出更多的人际问题,初步验证了 IIP-32 的区分效度。

- 1 Freedman MB, Leary TF, Ossorio AG, Coffey HS. The interpersonal dimension of personality. *Journal of Personality*, 1951, 20: 143-161
- 2 Carson RC. *Interaction concepts of personality*. Chicago: Aldine, 1969
- 3 Benjamin LS. SASB: A bridge between personality theory and clinical psychology. *Psychological Inquiry*, 1994, 5(4): 273-316
- 4 Benjamin LS. *Interpersonal reconstructive therapy: An integrative, personality-based treatment for complex cases*. The Guilford Press, 2006
- 5 Horowitz LM, Rosenberg SE, Baer BA, Ureno G, Villaseñor VS. Inventory of interpersonal problems: Psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1988, 56: 885-892
- 6 Horowitz LM, Alden L, Wiggins JS, Pincus AL. *Manual of IIP*. A Harcourt Assessment Company, 2000
- 7 汪向东.心理卫生评定量表手册.增刊.中国心理卫生杂志,1993
- 8 侯杰泰,温忠麟,成子娟.结构方程模型及其应用.北京:教育科学出版社,2002
- 9 Vanheule V, Desmet M, Rosseel Y. The factorial structure of the Dutch translation of the inventory of interpersonal problems: A test of the long and short versions. *Psychological Assessment*, 2006, 18(1): 112-117

(收稿日期:2009-12-07)

(上接第 508 页)

- among female college students: Focusing on the relative importance between the ideal and ought selves. *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, 2002, 41 (2): 165-174
- 4 Cheung RSH. Structural equation models of self-discrepancy theory: Tripartite relationships of domain-specific, perspective-specific self-discrepancies to psychological maladjustment and life satisfaction with self-esteem as mediator. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 2007, 68(1): 667
- 5 Papadakis AA, Prince RP, Jones NP, Strauman TJ. Self-regulation, rumination, and vulnerability to depression in adolescent girls. *Development and Psychopathology*, 2006, 18(3): 815-829
- 6 Roelofs J, Papageorgiou C, Gerber RD, et al. On the links between self-discrepancies, rumination, metacognitions, and symptoms of depression in undergraduates. *Behaviour Res-*

- earch and Therapy, 2007, 45: 1295-1305
- 7 Hardin EE, Weidold IK, Nixon AE. Self-discrepancy and distress: The role of personal growth initiative. *Journal of Counseling Psychology*, 2007, 54(1): 86-92
- 8 Parker AG, Boldero JM, Bell RC. Borderline personality disorder features: The role of self-discrepancies and self-complexity. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 2006, 79(3): 309-321
- 9 Berger JM. 陈会昌,等译.人格心理学.北京:中国轻工业出版社,2000
- 10 陈昌惠.症状自评量表(Symptom Checklist 90, SCL-90).增刊.中国心理卫生杂志,1999. 31-35
- 11 Carver CS, Lawrence JW, Scheier MF. Self-discrepancies and affect: Incorporating the role of feared selves. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1999, 25: 783-792
- 12 王垒.自我认知、情绪、自我效能的关系:动态结构与机能的理论与实证研究.北京大学博士研究生学位论文,1997

(收稿日期:2010-01-23)