

# 中日大学生气质性乐观与生活满意度： 情绪和应对效能的中介作用

秦红芳<sup>1,2</sup>, 朴婷姬<sup>2</sup>

(1.东北师范大学心理学系,吉林 长春 130024;2.延边大学心理学系,吉林 延吉 133002)

**【摘要】** 目的:探讨情绪、应对效能对中、日大学生气质性乐观和生活满意度的中介作用。方法:采用问卷法,调查了493名中日大学生。结果:①中日大学生在气质性乐观倾向、生活满意度、应对效能及积极情绪各个维度上存在显著差异;②生活满意度与乐观、积极情绪、应对效能正相关,与悲观倾向和消极情绪显著负相关;③应对效能和情绪类型在中国大学生的乐观倾向和生活满意度间起部分中介作用,应对效能中的胜任力和认知水平,在悲观倾向和生活满意度间起完全中介作用;认知水平、自信程度和情绪类型,在日本大学生乐观倾向和生活满意度间起部分中介作用。结论:中日大学生的情绪类型和应对效能能在气质性乐观和生活满意度之间的中介作用是不同的。

**【关键词】** 气质性乐观;生活满意度;情绪;应对效能;中日大学生

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2011)02-0259-03

## Dispositional Optimism and Life Satisfaction of Chinese and Japanese College Students: Examining the Mediating Effects of Affects and Coping Efficacy

QIN Hong-fang, PIAO Ting-ji

Psychology Department, Northeast Normal University, Changchun 130024, China

**【Abstract】 Objective:** To examine the mediating effects of affects and coping efficacies on the relationship between dispositional optimism and life satisfaction, and to examine the cultural differences between Chinese and Japanese university students. **Methods:** 493 university Chinese and Japanese students were tested with questionnaires. **Results:** ①The results indicated significant differences on psychological variables between Chinese and Japanese students, showing bigger effect size, Cohen's  $d > 0.5$ . ②Life satisfaction positively correlated with optimistic orientation, positive affect and coping efficacy, but negatively with pessimistic orientation and negative affect, respectively. ③Coping efficacies and affect styles had partly mediated the relationship between optimistic orientation and life satisfaction, self-confidence degree and cognition level fully mediated related pessimistic orientation and life satisfaction in Chinese students; self-confidence degree, cognition level and affect styles partly mediated the relationship between pessimistic orientation and life satisfaction in Japanese students. **Conclusion:** The models in which affects and coping efficacies affectivity mediate the link between life satisfaction and dispositional optimism, show different paths between different countries.

**【Key words】** Dispositional optimism; Life satisfaction; Affects; Coping efficacy; University students of Chinese and Japanese

乐观是积极心理学着重研究的心理特质之一,而气质性乐观是乐观研究中得到最广泛认同和使用的概念<sup>[1,2]</sup>,其包括两个维度,即乐观和悲观倾向,是个体对积极结果或消极结果的期望,属于个体或积极或消极的信念和认知评价<sup>[3]</sup>。乐观、悲观倾向会影响到个体的心理健康和适应性,因其在自我调节模式中起着类似情绪调节策略的作用<sup>[4]</sup>,该作用通过应对效能和情绪两种途径来实现。应对效能<sup>[5]</sup>是乐观自身所具备的动力性效能特征,是个体应对风格的延伸和拓展,也是自我效能在事件情境中的具体表现。应对效能可以使个体采取行动减少消极结果发生的可能性,控制可能的威胁性事件,并对自我应

对环境或未来事件的能力进行主观评估<sup>[6,7]</sup>。乐观、悲观倾向的自我调节功能,也会通过积极情感和消极情感的中介作用来达成<sup>[8]</sup>。Chang<sup>[9]</sup>进行的跨文化研究中,就二者关系提出了具体的作用机制,即情绪类型在气质性乐观和心理紊乱间起中介作用。

研究者在各个文化背景下研究了乐观、悲观倾向,但是涉及气质性乐观的文化变异性时,多数采用了“个体主义文化”和“集体主义文化”东西方二分式途径进行研究,认为在这两种文化背景下,气质性乐观会存在显著差异。有些研究者尝试用自我解释风格来诠释其间的差异,如有研究<sup>[10]</sup>认为,无论是对消极事件还是积极事件的预测,西方被试都秉持乐观倾向;日本被试对消极事件预测表现出的是悲观倾向;而中国大学生会表现出自我增强趋势,倾向于将

失败事件归因为能力等内部因素<sup>[11]</sup>。但很少有研究立足于所谓“同源”文化(中国和日本都属于“集体主义文化”),考察气质性乐观的文化差异性,及其与相关中介变量和心理健康指标(如生活满意度)之间的关系。

### 1 对象与方法

#### 1.1 被试

随机抽取 520 名中日大学生被试,有效问卷为 493 份。其中,中国大学生 304 名:男生 193 名,女生 111 名;大一至大四被试分布分别为 106、88、61 和 49 名;社科人文类 128 名,理工 97 名,管理类 36 名,医学类 43 名,平均年龄为 21.37±1.19 岁。日本大学生 189 名:男生 79 名,女生 110 名;大一至大四被试分布分别为 62、42、38 和 47 名;社科人文类 89 名,理工 33 名,管理类 43 名,医学类 24 名,平均年龄为 22.18±1.02 岁。

#### 1.2 工具

1.2.1 生活满意度量表 采用 Dinner<sup>[12]</sup>编制的“生活满意度量表”,包括五个问题,采用李克特式七点记分方法,得分越高生活满意度越高。

1.2.2 气质性乐观问卷 采用生活取向测验(Life orientation test, LOT)<sup>[13]</sup>测量被试乐观、悲观两种气质性乐观。

1.2.3 情感量表 采用 Bradburn<sup>[14]</sup>编制的“情感量表”,量表包括积极情感、消极情感分量表,用以考察个体过去一周的情绪、情感感受。

1.2.4 应对效能测验 采用童辉杰<sup>[5]</sup>编制的“大学生应对效能问卷”,问卷包括 17 个项目,三个维度,分别是自信程度、认知水平和胜任力知觉。

#### 1.3 问卷使用说明

日本大学生使用的生活满意度、气质性乐观问卷<sup>[2]</sup>和情感量表,均有本土化的日文版问卷,且三个

问卷结构均与原始问卷保持一致。应对效能问卷是国内编制较早的问卷之一,问卷在日本大学生中使用前,由专家对问卷进行了多次双向翻译和校对,之后分批次共抽取了 311 名日本大学生进行了修订和验证<sup>[15]</sup>;问卷同样包括三个维度,因素结构与原始问卷保持一致,问卷的内部一致性信度为 0.82。

### 2 结果

#### 2.1 中日大学生各项评定结果比较

表 1 结果表明,中日大学生在乐观、悲观倾向,生活满意度及应对效能各个维度上均存在显著差异,在积极情绪上也存在显著差异。进一步的统计效果量 Cohen's d 检验表明,d 值处于中等水平及以上程度( $d < 0.2$ ,效果量小; $0.2 < d < 0.8$ ,效果量中等; $d > 0.8$ ,效果量大)。

表 1 不同国别大学生各变量的差异检验( $\bar{x} \pm s$ )

变量		中国大学生 (n=304)	日本大学生 (n=189)	t	Cohen's d
气质性乐观	乐观	19.04 ± 3.49	16.14 ± 3.69	8.78***	0.91aaa
	悲观	13.65 ± 4.51	15.19 ± 5.33	3.42**	0.97aaa
应对效能	自信程度	2.35 ± 0.74	2.73 ± 0.64	5.92***	0.53aa
	胜任力	3.00 ± 0.61	2.37 ± 0.55	11.65***	1.08aaa
	认知水平	3.33 ± 0.61	2.55 ± 0.63	13.52***	1.22aaa
情绪	积极情绪	2.71 ± 1.08	2.49 ± 0.90	2.40*	0.22a
	消极情绪	1.81 ± 1.49	1.71 ± 1.49	0.69	0.06
生活满意度		20.99 ± 6.58	18.90 ± 5.82	3.68***	0.34a

注: \*P<0.05, \*\*P<0.01, \*\*\*P<0.001, 下同; a: d>0.20, aa: d>0.50, aaa: d>0.80

#### 2.2 中日大学生气质性乐观、情绪、应对效能和生活满意度的间的相关

相关结果表明,乐观倾向与积极情绪、应对效能各个维度和生活满意度显著正相关,与消极情绪显著负相关;悲观倾向与积极情绪、应对效能各维度和生活满意度显著负相关,与消极情绪正相关。为排除抽样污染,且变量均为连续变量,对相关系数进行了 Fisher's Z<sub>r</sub> 转换,计算了 ES<sub>Z<sub>r</sub></sub> 效果量<sup>[16]</sup>,结果见表 2。

表 2 中日大学生气质性乐观、情绪、应对效能和生活满意度间的相关

	1 乐观	2 悲观	3 积极情绪	4 消极情绪	5 自信程度	6 胜任力	7 认知水平	8 生活满意度
1	1							
2	-0.50** (1.10)	1						
3	0.19** (0.38)	-0.24** (0.49)	1					
4	-0.26** (0.53)	0.35** (0.73)	-0.12** (0.24)	1				
5	0.50** (1.09)	-0.41** (0.87)	0.20** (0.41)	-0.37** (0.78)	1			
6	0.54** (1.20)	-0.38** (0.80)	0.21** (0.43)	-0.18** (0.36)	0.41** (0.87)	1		
7	0.41** (0.87)	-0.28** (0.58)	0.21** (0.43)	-0.11* (0.22)	0.30** (0.62)	0.68** (1.66)	1	
8	0.27** (0.55)	-0.32** (0.66)	0.23** (0.47)	-0.34** (0.71)	0.25** (0.51)	0.13** (0.26)	0.10** (0.20)	1

#### 2.3 情绪、应对效能在乐观、悲观和生活满意度之间的中介作用

中国大学生中介模型,拟合结果为: $\chi^2/df=3.86$ ,

GFI =0.96, AGFI =0.90, NFI =0.92, CFI =0.94, RFI =0.92, TLI=0.96, RMSEA=0.07; 日本大学生拟合结果为: $\chi^2/df=3.56$ , GFI=0.94, AGFI=0.91, NFI=0.96, CFI=

0.90, RFI=0.95, TLI=0.90, RMSEA=0.08。从直接效应来看,中国大学生的乐观倾向、应对效能中的胜任力和认知水平、情绪类型对生活满意度直接效应显著,悲观倾向和自信程度直接效应不显著;日本大学生的悲观倾向、积极和消极情绪对生活满意度直接效应显著,乐观倾向和应对效能各维度直接效应不显著。从间接效应来看,应对效能和情绪类型,在中国大学生的乐观和满意度间起部分中介作用,应对效能中的胜任力和认知水平,在悲观和生活满意度间起完全中介作用;认知水平、自信程度和情绪类型,在日本大学生乐观倾向和生活满意度间起部分中介作用。

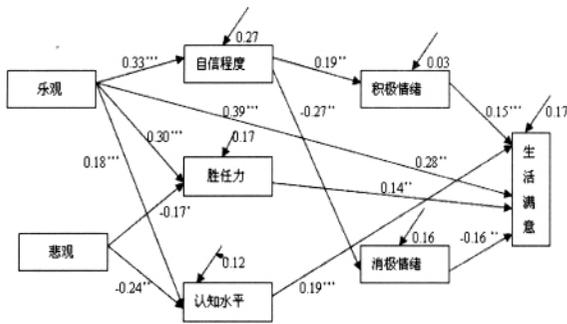


图1 中国大学生应对效能和情绪在乐观、悲观和生活满意度间的中介模型

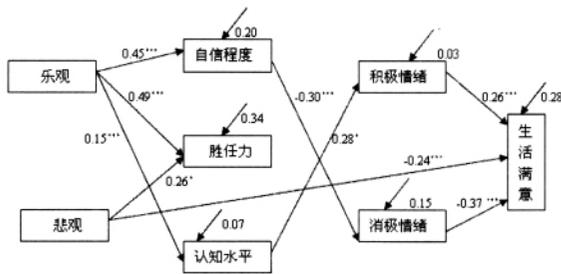


图2 日本大学生应对效能和情绪在乐观、悲观和生活满意度间的中介模型

### 3 讨 论

相关结果说明,乐观、悲观倾向与应对效能、情绪类型和生活满意度之间相关显著,印证了当前多数研究的结论,良好的效果量进一步有效地说明了相关变量间实质性的关系。图1和图2所示的中介模型首先验证了Chang<sup>[9]</sup>的模型假设,即情绪类型在乐观、悲观倾向与心理紊乱间起中介作用。Suzanne和Sandra<sup>[17]</sup>利用迟发型超敏反应(delayed-type hypersensitivity)皮肤测验实验的研究,从生理机制上验证了情绪在乐观倾向和细胞介导免疫(cell-mediated immunity-CMI)间的调节作用。乐观倾向会通过

不同类型情绪,尤其是积极情绪影响细胞免疫机能。

同时,研究结果也深化了Chang<sup>[9]</sup>的模型,即应对效能和情绪的中介作用发挥时,以先后相继的形式出现,乐观倾向首先影响的是个体的应对效能,并通过应对效能影响情绪类型,最终影响到个体的生活满意度。事实上,研究者已经将效能机制纳入到了乐观人格特征之中,认为效能是乐观的动机机制之一。童杰辉的研究也认为,应对效能比一般效能感更能够实现领域关联性,也能够克服一般效能感的概化情境产生的适应性“折扣”效应,使个体能直面更多的应激情境,个体可基于已往的经验以及自己的人格特质,评估自身的状况、情境的特点、可资利用的各种资源,评估采用积极的策略的可能性有多大<sup>[3]</sup>。因此,中日大学生都表现出类似的反应模式,即应对效能与乐观、悲观倾向会一起影响个体的情绪反应,继而影响到个体生活满意度。

本研究显示,中日大学生乐观、悲观倾向上存在显著差异,模型拟合结果说明,中日应对效能和情绪在乐观、悲观和生活满意度之间的中介作用路径不同,因此,即便在“同源”文化背景下,气质性乐观及其对生活满意度的影响路径也会存在差异,而这种差异不仅仅体现在东西方文化中<sup>[9,10]</sup>。有研究指出,中国大学生在进行自我归因和他人归因条件时<sup>[11]</sup>,均表现出明显的自我增强趋势,所以会表现得更为乐观。而日本被试在评价消极未来事件时<sup>[18]</sup>,易表现出悲观倾向,被试激活的是自我系统中自我批评或自我谴责(self-criticism),是与自我相关的负面信息,日本被试认为自我批评表征的是一个建设性的过程,可见,其悲观倾向有着深刻的文化色彩。

### 参 考 文 献

- 1 吴雨晨,杨丽,梁宝勇. 乐观人格倾向问卷的编制及信效度研究. 中国临床心理学杂志,2007,15(4):335-338
- 2 Nakano K. Psychometric properties of the life orientation test-revised in samples of Japanese students. Psychological Reports, 2004, 94(3): 49-855
- 3 Scheier MF, Carver CS. Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. Journal of Personality, 1987, 55: 169-210
- 4 Norem JK. Defensive pessimism, optimism, and pessimism. In Chang EC. Optimism and pessimism: Implications for theory, research, and practice. Washington, DC: American Psychological Association, 2001. 77-100
- 5 童杰辉. 应对效能: 问卷的编制及理论模型建构. 心理学报, 2005, 37(3): 413-419

较高(占总人数的 57.35%),说明在复试中被试存在防御机制和故意装好的倾向,在 SCL-90 上伪装和未伪装的两组存在显著差异,伪装者健康状况明显好于未伪装者,也好于全国常模。因此,在类似甄选的测试中其测试结果的解释是否要考虑考生的防御机制是值得关注的。

参 考 文 献

1 许敏,韩柏,唐荣华,赵书越. 山西省硕士新生心理健康状况与个性特征相关性分析. 山西医科大学学报,2009,40(2):132-134  
 2 吴善玉,全贞玉,等. 大学生心理健康状况调查研究. 现代预防医学,2010,37(3):505,511  
 3 MMPI 全国协作组. 明尼苏达多相个性测查表使用指导书. 北京:中国科学院心理研究所,1989. 7-53  
 4 王征宇. 症状自评量表(SCL-90). 上海精神医学,1984,2:68-70  
 5 黄慧兰,刘新民,汪传宝,等. 231 名硕士研究生心理健康状况调查分析. 皖南医学院学报,2009,28(4):302-307

6 方伟,杨杏芳,王声涌,荆春霞,严虹虹,等. 硕士研究生心理健康状况及影响因素分析. 中国公共卫生,2009,25(4):433-435  
 7 傅文青,单静,徐辉,等. 高考生考前心理状态与人格特征调查研究. 中国临床心理学杂志,2006,14(2):170-171  
 8 章小辉,罗卫东,等. 公安院校研究生招生复试中考生心理健康状况研究. 公安教育,2005,5:39-43  
 9 苏泉仁,李宁,孙远刚. 研究生复试中的心理健康测查嵌入. 辽宁师范大学学报(自然科学版),2009,32(3):115-118  
 10 Rothke SE, Friedman AF, Dahlstrom WG, et al. MMPI-2 Normative Data for the F-K Index: Implications for Clinical, Neuropsychological, and Forensic Practice. Assessment, 1994, 1(1): 1-16  
 11 纪术茂,戴郑生. 明尼苏达多相人格调查表:最新研究与多类量表解释. 北京:科学出版社,2004. 99  
 12 刘宗莹,蔡宏,廖文俊,等. 成都地区拟录民警明尼苏达多相人格调查量表分析. 中国临床康复,2004,15:2838

(收稿日期:2010-09-19)

(上接第 261 页)

6 Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: W. H. Freeman, 1997, 115: 137-144  
 7 Sandier IN, et al. Coping efficacy and psychological problems of children of divorce. Child Development, 2000, 71(4): 1099-1118  
 8 Carver CS, Scheier MF. Optimism, pessimism, and self-regulation. In Chang EC. Optimism and pessimism: Implications for theory, research, and practice. Washington, DC: American Psychological Association, 2001. 31-51  
 9 Chang EC. Cultural differences in psychological distress in Asian and Caucasian American college students: Examining the role of cognitive and affective concomitants. Journal of Counseling Psychology, 2002, 49(1): 47-59  
 10 Chang EC, Asakawa K. Cultural variations on optimistic and pessimistic bias for self versus a sibling: Is there evidence for self-enhancement in the west and for self-criticism in the east when the referent group is specified? Journal of Personality and Social Psychology, 2003, 84(3): 569-581  
 11 滕飞,王登峰,周丽. 中国大学生的外显自我增强模式. 中国临床心理学杂志,2008,16(1):52-54  
 12 Diener PW. Review of the satisfaction with life scale. Psy-

chological Assessment, 1993, 5(2): 164-172  
 13 Chang EC, D'Zurilla TJ, Maydeu-Olivares A. Assessing the dimensional of optimism and pessimism using a multimeasure approach. Cognitive Therapy and Research, 1994, 18(2): 143-160  
 14 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版). 北京:中国心理卫生杂志社,1999  
 15 戴晓阳,曹亦薇. 心理评定量表的编制和修订中存在的一些问题. 中国临床心理学杂志,2009,17(5):562-565  
 16 Rosnow RL, Rosenthal R, Rubin DB. Contrasts and correlations in effect-size estimation. Psychological Science, 2000, 11: 446-453  
 17 Suzanne CS, Sandra ES. Optimistic expectancies and cell-mediated immunity: The role of positive affect. Psychological Science, 2010, 21(3): 448-455  
 18 Kitayama S, Markus HR, Matsumoto H, et al. Individual and collective processes in the construction of the self: Self-enhancement in the United States and self-criticism in Japan. Journal of Personality and Social Psychology, 1997, 72: 1245-1267

(收稿日期:2010-10-13)