

大学生完美主义与人际问题、孤独感的关系

袁立新¹, 张积家²

(1.广东教育学院教育系, 广东 广州 510303; 2.华南师范大学心理系, 广东 广州 510631)

【摘要】 目的: 研究大学生完美主义与人际问题、孤独感之间的关系。方法: 使用完美呈现量表(PSPS)、人际问题量表(IIP-32)和孤独量表(UCLA)对638名本科大学生进行测量。结果: 三种完美主义、人际问题与孤独感都有显著的相关。三种完美主义对人际问题都有显著的预测作用(呈现完美形象: $= -0.089$; 掩盖不完美: $=0.268$; 害怕暴露不完美: $=0.287$); 呈现完美形象、人际问题可以预测孤独感($= -0.114$, $=0.605$); 呈现完美形象、掩盖不完美、害怕暴露不完美还通过人际问题间接影响孤独感。人际问题在完美主义与孤独感之间起中介作用。结论: 呈现完美形象有利于减少人际问题和孤独感, 掩盖不完美、害怕暴露不完美会增加人际问题和孤独感。人际问题在完美主义与孤独感之间起中介作用。

【关键词】 完美主义; 问卷法; 大学生; 人际问题; 孤独感

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2007)04-0378-03

Relationship Between Perfectionism and Interpersonal Problems as Well as Loneliness of College Students

YUAN Li-xin, ZHANG Ji-jia

Department of Education, Guangdong Educational Institute, Guangzhou 510303, China

【Abstract】 Objective: To study the relationship between perfectionism and interpersonal problems as well as loneliness of college students. Methods: 638 college students were tested with Perfectionism Self-Presentation Scale(PSPS), Inventory of Interpersonal Problems(IIP-32) and UCLA Loneliness Scale(UCLA). Results: There was significant correlation between three kinds of perfectionism and interpersonal problems as well as loneliness. And the three kinds of perfectionism could well predict interpersonal problems (Need to appear perfect: $= -0.089$; need to avoid appearing imperfect: $=0.268$; need to avoid disclosing imperfections: $=0.287$). Need to appear perfect and interpersonal problems could predict loneliness($= -0.114$, $=0.605$). Furthermore, need to appear perfect, need to avoid appearing imperfect and need to avoid disclosing imperfections could influence loneliness via interpersonal problems. Conclusion: The need to appear perfect could be beneficial to relieve interpersonal problems and loneliness. While the need to avoid appearing imperfect and the need to avoid disclosing imperfections could increase interpersonal problems and loneliness. Interpersonal problems could serve as moderator between perfectionism and loneliness.

【Key words】 Perfectionism; Questionnaire; College students; Interpersonal problems; Loneliness

完美主义指个人设定不切实际的高标准, 且认为当事情未达完美标准就不可接受的倾向^[1]。Adler认为, 不断地超越自卑、追求完美是人类正常的发展方向。但Ellis认为, 完美主义是一种非理性信念, 会导致个人情绪困扰和心理疾病。研究表明, 完美主义与心理健康有显著的相关^[2], 与焦虑^[3]、抑郁^[4,5]、孤独^[6]、低自尊^[6]等都有密切关系。完美主义者会将高要求与高标准强加于他人, 要求他人必须有完美表现, 因此, 完美主义者在人际关系方面常不理想。Hill等人研究表明, 他人导向的完美主义、社会规范完美主义都会引发人际问题^[7]。昱伶对台湾青少年的研究发现, 完美主义倾向愈强, 人际问题愈多^[8]。个体如果有较多的人际问题, 可能会导致较高的孤

独感。长期或严重的孤独感可引发某些情绪障碍, 降低人的心理健康水平。孤独感还会增加与他人和社会的隔膜与疏离, 而隔膜与疏离又会强化人的孤独感, 久之势必导致疏离的人格失常。

按照Erikson的理论, 青年期是统整角色混乱和亲密对孤独的阶段。如果不能很好的形成统整, 建立亲密关系, 就会寂寞和孤独。由此可见, 青年期是建立人际关系的重要时期, 也是个体孤独感形成并且容易体验到孤独感的时期。本研究拟对青年学生完美主义与人际问题、孤独感关系进行探讨。

1 对象与方法

1.1 被试

广州地区本科大学生638人, 男279人, 女347人, 12人没有填写性别资料; 年龄在18-25岁, 平均

年龄为 20.64 岁; 一年级 109 人, 二年级 167 人, 三年级 327 人, 四年级 29 人, 6 人没有填写年级资料。

1.2 测量工具

1.2.1 完美呈现量表 (PSPS)^[9] Hewitt 和 Flett 1993 年编制, 原量表共 27 题, 7 级评分, 包含呈现完美形象、掩盖不完美和害怕暴露不完美 3 个分量表。本研究经项目分析后保留 18 题, 三个分量表内部一致性系数分别为: 0.8052、0.7239 和 0.6278。

1.2.2 人际问题量表 (IIP- 32)^[10] Horowitz 等人 1988 年编制, 原量表共有 32 题, 5 级评分。在本研究中未包括情感卷入度问题, 故题目最后只有 28 题。在本研究中, 量表内部一致性系数为 0.8132。

1.2.3 孤独量表 (UCLA)^[11] 该量表有 20 题, 4 级评分。有较好的信度和效度。

2 结 果

2.1 完美主义、人际问题和孤独感的相关

从表 1 可知, 呈现完美形象与掩盖不完美正相关显著; 掩盖不完美与害怕暴露不完美正相关显著; 掩盖不完美、害怕暴露不完美与人际问题正相关显著; 呈现完美形象与孤独感负相关显著, 掩盖不完美、害怕暴露不完美、人际问题与孤独感正相关显著。

表 1 完美主义、人际关系和孤独感的相关分析表

| | 呈现完美形象 | 掩盖不完美 | 害怕暴露不完美 | 人际问题 | 孤独感 |
|---------|---------|---------|---------|---------|-------|
| 呈现完美形象 | 1.000 | | | | |
| 掩盖不完美 | 0.466** | 1.000 | | | |
| 害怕暴露不完美 | 0.038 | 0.366** | 1.000 | | |
| 人际问题 | 0.042 | 0.352** | 0.374** | 1.000 | |
| 孤独感 | -0.089* | 0.169** | 0.253** | 0.594** | 1.000 |

注: *P<0.05, **P<0.01, 下同。

2.2 人际问题的中介作用检验与路径图

相关分析结果和文献分析提示人际问题可能是完美主义与孤独感之间的中介变量。为此, 通过回归分析对中介模型进行检验, 见表 2。

第一步, 以孤独感为因变量, 考察完美主义量表三个维度对孤独感的效应。呈现完美形象、掩盖不完美、害怕暴露不完美对孤独感都有显著回归效应, 但三因素仅能解释孤独感 8.3% 的变异。

第二步, 考察加入人际问题变量后, 完美主义量表三个维度和人际问题对孤独感的效应。由表 2 可见, 人际问题对孤独感有最大预测; 呈现完美形象对孤独感的效应有较明显降低 ($\beta = .054$), 但仍达到显著水平; 掩盖不完美、害怕暴露不完美对孤独感的

回归效应接近 0, 已被人际问题完全中介。人际问题、呈现完美形象、掩盖不完美、害怕暴露不完美共可解释孤独感 37.5% 的变异。加入人际问题后对孤独感方差的解释增加了 29.2%。

第三步, 考察完美主义量表三个维度对人际问题的回归效应。结果发现, 呈现完美形象、掩盖不完美和害怕暴露不完美对人际问题的标准回归系数都达显著水平, 共同可解释人际问题 19.9% 的变异。

由上述结果可知, 人际问题在呈现完美形象与孤独感中起部分中介作用, 在掩盖不完美、害怕暴露不完美与孤独感中起完全中介作用。

表 2 回归分析表

| 因变量 | 预测变量 | Beta | t | R ² | F |
|------|---------|--------|----------|----------------|----------|
| 孤独 | 呈现完美形象 | -0.168 | -3.478** | 0.083 | 15.454** |
| | 掩盖不完美 | 0.183 | 3.486** | | |
| | 害怕暴露不完美 | 0.170 | 3.629*** | | |
| 孤独 | 呈现完美形象 | -0.114 | -2.844** | 0.375 | 76.323** |
| | 掩盖不完美 | 0.011 | 0.255 | | |
| | 害怕暴露不完美 | 0.001 | 0.030 | | |
| | 人际问题 | 0.605 | 15.408** | | |
| 人际问题 | 呈现完美形象 | -0.089 | -2.017* | 0.199 | 44.007** |
| | 掩盖不完美 | 0.268 | 5.571** | | |
| | 害怕暴露不完美 | 0.287 | 6.690** | | |

3 讨 论

掩盖不完美、害怕暴露不完美与人际问题、孤独感正相关显著; 呈现完美形象与人际问题相关不显著, 与孤独感负相关显著; 人际问题与孤独感正相关显著。这意味着, 掩盖不完美、害怕暴露不完美得分高者存在较多人际问题和更多孤独感, 注意呈现完美形象者孤独感较少, 而人际问题越多者越孤独。这一结果也提示, 人际问题可能是完美主义与孤独感的中介变量。

很多研究者提出, 并非所有的完美主义对个人的影响都是消极的。完美主义可代表正面的成就追求。如果个体虽设定高标准, 但能以弹性方式看待自己的表现, 同时进行自我调整, 则可能导致更好的表现。因此, 有研究者区分了良好(健康)的和不良(不健康)的完美主义^[12,13]。本研究发现, 呈现完美形象对孤独感有显著的负回归效应, 掩盖不完美、害怕暴露不完美对孤独感有显著的正回归效应。说明呈现完美形象可减少孤独感, 是良好的完美主义倾向; 而掩盖不完美、害怕暴露不完美会使孤独感增加, 是不好的完美主义倾向。

回归分析发现, 在呈现完美形象、掩盖不完美、

害怕暴露不完美的基础上加入人际问题变量,对孤独感方差解释增加了 29.2%,说明人际问题对孤独感有极大的影响。孤独感并不仅与个人社交网络大小有关,更重要的是,当其认为实际交往水平与自己交往的渴望存在差距时,就会引起孤独感。因此,人际问题作为一个重要指标,反映了个人人际关系的质量,是影响孤独感的极重要的变量。然而,人际问题受完美主义人格特点影响。本研究表明,呈现完美形象有助于减少人际问题,而较高的掩盖不完美和害怕暴露不完美倾向者会有更多的人际问题。在人际关系中,有许多自卑的完美主义者会害怕暴露自己的不完美,努力掩盖自己的不完美。他们害怕在别人面前出错,出错时则会为自己的言行辩解,甚至打压别人以提高或保护自己,这样常伤害别人,导致更多的人际问题。

由路径分析发现,呈现完美形象既直接影响孤独感,同时也通过影响人际问题间接影响孤独感;掩盖不完美、害怕暴露不完美则只能完全通过人际问题的中介间接影响孤独感。这说明,完美主义既可能直接影响孤独感,也可能透过人际问题的中介间接影响孤独感。在完美主义与孤独感之间,人际问题起中介作用。

参 考 文 献

- 1 Frost RO, Marten C, Lahart CM, Rosenblate R. The dimension of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 1990, 14: 449- 468
- 2 王敬群, 刘光华, 熊红星, 陈晓洪. 空管员的完美主义与心理健康、应付方式的相关研究. *中国临床心理学杂志*, 2006, 14(2): 188- 189
- 3 Flet GL, Hewitt PL, Dyck DG. Self-Oriented Perfectionism,

neuroticism and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 1989, 10: 731- 735

- 4 张轶文, 甘怡群. 完美主义对抑郁的影响及人格的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 2006, 14(4): 381- 383
- 5 Hewitt PL, Flett GL. Perfectionism in the self and social context: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 60: 456- 470
- 6 Flett GL, Hewitt PL, De Rosa T. Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, 1996, 20: 143- 150
- 7 Hill RW, Zrull MC, Turlington S. Perfectionism and interpersonal problems. *Journal of Personality Assessment*, 1997, 69: 81- 103
- 8 昱伶. 青少年完美主义倾向与人际问题之相关研究. 国立台东师范学院教育研究所硕士论文, 2001
- 9 Hewitt PL, Lett GL, Ediger E. Perfectionism traits and perfectionistic self-presentation in eating disorder attitudes, characteristics, and symptoms. *International Journal of eating disorders*, 1995, 18: 317- 326
- 10 Barkham M, Hardy GE, Startup M. The IIP- 32: A short version of the Inventory of Interpersonal Problems. *British Journal of Clinical Psychology*, 1996, 35: 21- 35
- 11 Russell, 等编制. UCLA 孤独量表(Loneliness Scale). 见: 汪向东, 王希林, 马弘, 编著. 心理卫生评定量表手册. 中国心理卫生杂志社(增刊), 1999. 284- 287
- 12 Frost RO, Heimburg RG, Holt CS, Mattia JL, Neubauer AL. A Comparison of Two Measures of Perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 1993, 14: 119- 126
- 13 Hill RW, McIntire K, Bacharach VR. Perfectionism and the Big Five Factors. *Social Behaviour and Personality*, 1997, 12: 257- 270

(收稿日期:2007- 01- 18)

(上接第 377 页)

- 2 Kacmar KM, Baron RA. Organizational politics: The state of the field, links to related processes, and an agenda for future research. In: Ferris G R(eds), *Research in Personnel and Human Resources management* Stamford, CT: JAI Press, 1999, 17: 1- 39
- 3 高竟玉, 余虹. 教师职业倦怠的成因与对策. *教育探索*, 2004, 2: 95- 7
- 4 赵玉芳, 毕重增. 中学教师职业倦怠状况及影响因素的研究. *心理发展与教育*, 2003, 1: 80- 4
- 5 郭思, 钟建安. 职业倦怠的干预研究述评. *心理科学*, 2004, 4: 931- 3
- 6 Nikolaos, Evridiki, Vasilios. Job satisfaction and burnout among Greek early educators: A comparison between public and private sector employees, *Educational Research and Review*, 2006, 1(8): 256- 261
- 7 徐富明, 吉峰. 教师职业倦怠问卷. 行为医学量表手册(2005 光盘版), 2005. 500- 502

- 8 马超, 凌文铨, 方俐洛. 企业员工组织政治认知量表的构建. *心理学报*, 2006, 38(1): 107- 15
- 9 李超平, 等. 授权的测量及其与员工工作态度的关系. *心理学报*, 2006, 38(1): 99- 106
- 10 Ferris, Fedor, Chachere, et al. Myths and politics in organizational contests, *Group and Organizational studies*, 1989, 14: 88- 103
- 11 邢金萍. 教师职业倦怠的背后—教师职业倦怠相关因素的调查与研究. *河南大学学报(社会科学版)*, 2006, 46(1): 160- 163
- 12 Nye LG, Wittl A. Dimensionality and Construct Validity of the Perceptions of Organizational Politics Scale (POPS), *Educational and Psychological Measurement*, 1993, 53(3): 821- 829
- 13 徐富明, 吉峰, 钞秋玲. 中小学教师职业倦怠问卷的编制及信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 2004, 12(1): 13- 14

(收稿日期:2006- 12- 29)