

大学生归因方式、自我效能感与主观幸福感的关系研究

余 鹏¹, 宿淑华², 李 丽²

(1.曲阜师范大学教科院心理系, 山东 曲阜 273165; 2.山东师范大学心理系, 山东 济南 250014)

【摘 要】 目的: 考察大学生归因方式、自我效能感与主观幸福感的关系。方法: 对 269 名大学生进行归因方式、自我效能感、主观幸福感问卷测量。结果: ①归因方式对主观幸福感有预测作用, 其中负性事件的内在—外在性维度、整体—局部维度、可控—不可控维度对主观幸福感有显著的负向预测作用; ②自我效能对主观幸福感有显著的正向预测作用; ③主观幸福感不存在性别和专业差异; ④具有不同自我效能水平学生的主观幸福感有显著差异, 高自我效能水平学生的主观幸福感要高于低自我效能水平的学生。结论: 大学生的归因方式、自我效能影响主观幸福感。

【关键词】 主观幸福感; 自我效能感; 归因方式; 正性事件; 负性事件

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2005)01-0043-02

The Relationships between College Students' Attributional style, Self-efficacy and Subjective Well-being

YU Peng, SU Shu-hua, LI Li

Department of Psychology, Qufu Normal University, Shandong 273165, China

【Abstract】 **Objective:** To study the relationships among attributional style, self-efficacy and subjective well-being (SWB). **Methods:** 269 college students participated the study. Attributional Style Questionnaire, Self-efficacy Questionnaire and Subjective Well-being (SWB) Questionnaire were applied to the college students. **Results:** ① Attributional style predicated SWB, but three dimensions (internality-externality; whole-part; controllability-uncontrollability) of negative events were significant negative predictors of SWB. ② Self-efficacy was a significant positive predictor of SWB. ③ There were no differences in SWB between sexes and specialities. ④ There were significant differences in SWB between students with different self-efficacy levels, and the SWB of high self-efficacy group was better than that of the low self-efficacy group. **Conclusion:** College students' attributional style and self-efficacy impact their subjective well-being. Educators should cultivate students' positive attributional style and enhance their self-efficacy.

【Key words】 Attributional style; Self-efficacy; Subjective well-being; Positive events; Negative events

个体对于自己是否幸福的主观感受被称之为主观幸福感(Subjective well-being, 简称 SWB)。主观幸福感是生活质量的一个重要研究领域, 近年来受到国内外研究者的重视, 并作了一些理论与实证研究。研究者在探讨幸福感的本质和结构这一基本理论问题的同时, 对影响幸福感的因素也进行了大量研究, 并在研究中逐渐分化成两种倾向。一是探讨影响幸福感的客观因素, 主要包括事件、情境和各种人口统计学变量等^[1,2]; 另一取向是研究影响幸福感的主观因素, 该取向认为个人内部建构决定着生活事件如何被感知, 进而影响幸福体验^[3]。然而单纯强调客观因素的决定作用, 或是单纯强调主观因素的决定作用都有失偏颇。

主观幸福感是一种主观的体验, 客观的外界因素往往是通过主观加工而起作用的^[4]。以往在对主观幸福感各主观维度的研究中, 人们相对比较重视情感因素, 而对认知因素的研究较少。本文拟从认知角度考察大学生归因方式、自我效能感与主观幸福感间的关系。以期为培养大学生幸福健康的心理提供某些依据。

1 对象与方法

1.1 对象

选取山东师范大学生物系和历史系三年级学生 269 名, 其中理科生 140 人, 文科生 129 人, 男生 103 人, 女生 166 人。被试的平均年龄为 20.77 岁, 范围为 18-23 岁。

1.2 测量工具

1.2.1 总体幸福感量表^[5] 美国国立卫生统计中心制定, 国内段建华修订。

1.2.2 归因方式问卷 采用张学军编制的大学生归因方式问卷^[6], 共有 16 个题目, 正性事件与负性事件各有 8 个题目。分为内在外在性、可控不可控、整体局部性三个维度, 各个维度的表述依次为: 外在—内在; 局部—整体; 可控—不可控。

1.2.3 一般自我效能问卷^[7] 共 10 个题目, 主要用来测查被试对自己在日常生活或学习中应付困难能力的判断。

2 结 果

2.1 大学生归因方式、自我效能感和主观幸福感的总体状况

由大学生在各量表上得分的平均数和标准差来看,大学生在对事件进行归因时,倾向于做内在的($M=79.17$)、整体的($M=75.10$)和可控的($M=51.69$)归因。大学生在自我效能感和主观幸福感上的得分较高($M_{\text{自我效能}}=26.46$, $M_{\text{主观幸福感}}=108.66$),略高于中等水平。

2.2 不同性别、学科大学生主观幸福感差异比较

男性主观幸福感得分的平均数($M=109.37$)略高于女性($M=108.22$),但未达到显著水平($t=0.37$, $P>0.05$)。同样,理科生主观幸福感的平均数($M=109.58$)略高于文科生($M=107.67$),但未达到显著水平($t=1.17$, $P>0.05$)。

2.3 归因方式、自我效能和主观幸福感的相关

表1 归因方式、自我效能、主观幸福感间的相关分析

| | 正事件内 在外在 | 负事件内在 在外在 | 正事件整体 局部 | 负事件整体 局部 | 正事件可控 不可控 | 负事件可控 不可控 |
|-------|----------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|
| 自我效能 | -0.064 | -0.140* | 0.194** | -0.115* | -0.164** | -0.096 |
| 主观幸福感 | 0.054 | -0.125* | 0.08 | -0.117* | -0.147** | -0.159** |

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

从表1中可以看出,主观幸福感与对负性事件的内在-外在性维度、整体-局部性维度、可控-不可控性均存在显著的负相关;与对正性事件的可控-不可控性维度存在负相关。主观幸福感与自我效能呈显著正相关。

2.4 归因方式、自我效能对主观幸福感的影响

以归因方式的六个维度和自我效能为自变量,主观幸福感为因变量进行逐步多元回归分析时,进入回归方程式的显著变量只有对负性事件的可控-不可控性维度和自我效能。对负性事件的可控-不可控性维度对大学生主观幸福感有负面影响($\beta=-0.112$, $P<0.05$);自我效能对大学生的主观幸福感有正面影响($\beta=0.322$, $P<0.001$)。

2.5 不同自我效能水平主观幸福感的差异比较

将被试在自我效能量表上的得分按高低排序,把总人数的前27%作为高自我效能水平组,后27%作为低自我效能水平组。高自我效能感组的主观幸福感(3.41 ± 0.43)显著高于低自我效能组的主观幸福感(3.12 ± 0.33), $P<0.001$ 。

3 讨 论

本研究发现,主观幸福感与负性事件的内在性维度、整体局部性维度、可控不可控维度呈负相关,且相关都达到了显著的水平。也就是说,如果大学生对负性事件进行归因时,若归于外在的、局部的、和不可控的原因,要比把失败归于内在、整体的和可控的因素的个体要体验到更多的主观幸福感。已有有关归因方式与心理健康关系的研究中也证明了类似的结论^[8,9]:如果一个人倾向于把负性事件的原因归结为内在的、持久的和整体的,则极有可能表现出抑郁、焦虑、强迫等心理障碍症状。施承孙、钱铭怡^[10]的研究也证实,易羞耻者倾向于认为负性事件的原因有较强内在性、持久性和整体性,而同时易羞

耻者比不易羞耻者有更多的心理障碍。

本研究的结果表明,自我效能对主观幸福感有明显的预测作用。自我效能与主观幸福感间存在极其显著的正相关。在本研究中还发现,在不同自我效能水平上被试的主观幸福感有极显著的差异。这是因为自我效能感通常被认为是一个人在某一方面有较高的自信心,这种较高的自信心会使个体产生积极情感,从而会增强他们的幸福感。同时,自我效能感强的人往往把行为的成功归因为自己的能力和努力,把行为的失败归因为自己努力程度的不足或外部不可控的因素。这种归因方式能促使个体提高动机水平,增强正性情绪体验,降低焦虑水平,增强幸福感。而具有低自我效能感的人在活动遇到初步失败和挫折时,便开始怀疑自己能否成功,甚至半途而废、放弃自己的努力,产生了一些不利于幸福感的负性情绪。另有研究表明,自我效能通过影响焦虑来间接影响幸福感。Hackett用社会认知理论建构了焦虑与自我效能两变量间相互影响关系的理论模型,通过路径分析技术来研究焦虑同自我效能之间的关系。结果表明,自我效能对个体焦虑水平有着很强的直接影响,同时也说明了自我效能是通过影响焦虑水平的高低来影响个体的幸福体验。

本研究的结果还发现,大学生的主观幸福感不存在性别和专业差异。这与有关的研究结果^[11,12]互有异同。有待进一步深入研究。

参 考 文 献

- 1 Michalos AC. Multiple discrepancies theory (MDT). Social Indicators Research, 1985, 16: 347-414
- 2 Davis JA. New money, old man lady, and "two's company": Subjective weelfare in the NORC General Social Surveys, 1972-1982. Social Indicators Research, 1984, 15, 319-350.
- 3 Myers DG., Diener E. Who is happy? Psychological Science, 1995, 6: 10-19

(下转第42页)

研究结果显示^[9],用简式 CTQ 对不同的人群施测(物质滥用 1003 例,住院精神病人 396 例和正常社区人群 579 例),而后进行探索性和验证性因子分析,结果得到 5 个因子,说明精简后仍体现了 70 条目-CTQ 的五因子模式,重测信度、内部一致性和效标效度也很高。

我们将 CTQ-SF 中文版用于调查大学生的儿童期创伤经验所得结果显示全量表及其中的 4 个分量表如情绪虐待、躯体虐待、性虐待和情绪忽视都获得了中度以上的重测相关系数,说明量表重复使用的稳定性较好,分半相关和内部一致性 α 系数也达到了中度以上,说明客观性、内部同源性尚好。躯体忽视量表在重测信度、分半信度和 α 系数都较低,说明该量表的稳定性、客观性、内部同源性均较差,这一现象与 Bernstein 等^[4]的结果相似,说明该量表尚须调整。人格障碍样本中各个分数都达到很高的水平,提示 CTQ-SF 更适合于临床样本,这可能是临床样本被试的儿童期经受的创伤情况更突出,各条目应答结果的相关水平比较高,因此较容易体现量表的稳定性和一致性。实证效度分析显示,人格障碍样本中 5 个分量表及总分的得分水平显著高于大学生样本,说明 CTQ-SF 确能反映出具有人格障碍特征的人群与正常人群在心理创伤和虐待程度上的差异。大学生样本还反映在躯体虐待、性虐待、情绪忽视、躯体忽视及总分上,男生显著高于女生。这一结果与国外的研究略有差异,很多调查报道女性比男性的性虐待发生率高得多^[4,10],这可能与我国女生比男生的掩饰性更大有关,检查本样本原始应答记录可见个别女生在性相关的条目上有漏项,当然也可能是女生确实比男生经受的性虐待要少。进一步确认尚需结合临床诊断或临床定式晤谈。对 CTQ-SF 进行验证性因素分析结果显示,量表的五因子模式符合

理论构想,结构效度较好,与原量表研究结果一致。

参 考 文 献

- 1 王丽颖,杨蕴萍,林 涛. 社交焦虑障碍与人格障碍的共病及父母养育方式的影响. 中国临床心理学杂志, 2004, 12 (2): 196-200
- 2 Davidson J. Issues in the diagnosis of posttraumatic stress disorder. In American Psychiatric Press Review of Psychiatry, Volume 12. Oldham JM, Riba MB, Tasman A (Eds.). American Psychiatric Press, Washington DC, 1993
- 3 Kaplan HL, Sadock BJ, Grebb JA. Anxiety disorders, Synopsis of psychiatry. Williams and Wilkins, 1994. 573-617
- 4 Briere J. Child Sexual Trauma: Theory and Treatment of Its Lasting Effects. Newbury Park, CA: Sage, 1992
- 5 Bernstein DP, Fink L. Childhood Trauma Questionnaire. A retrospective self-report. Manual. San Antonio, The Psychological Corporation, Harcourt Brace & Company, 1998
- 6 Bernstein DP, Fink L, Handelsman L, et al. Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. Am J Psychiatry, 1994, 151(8): 1132-1136
- 7 Bernstein DP, Ahluwalia T, Pogge D, et al. Validity of the Childhood Trauma Questionnaire in an adolescent psychiatric population. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 1997, 36(3): 340-348
- 8 Paivio SC. Stability of retrospective self-reports of child abuse and neglect before and after therapy for child abuse issues. Child Abuse Negl, 2001, 25(8): 1053-1068
- 9 Bernstein DP, Stein JA, Newcomb MD, et al. Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. Child Abuse Negl, 2003, 27 (2): 169-190
- 10 Crowley TJ, Mikulich SK, Ehlers KM, et al. Discriminative validity and clinical utility of an abuse-neglect interview for adolescents with conduct and substance use problems. Am J Psychiatry, 2003, 160(8): 1461-1469

(收稿日期: 2004-07-21)

(上接第 44 页)

- 4 Diener ED. Subjective Well-Being—The Science of Happiness and Proposal for National Index. American Psychologist, 2000, 55(1): 34-43
- 5 王向东等编. 心理卫生评定量表手册. 中国心理卫生杂志社出版, 1999. 84-86
- 6 张学军. 大学生归因方式与心理健康、创造性、未来成就能力的相关研究. 中国优秀博士学位论文全文数据库, 2002.
- 7 王才康, 胡中锋, 刘勇. 一般自我效能感量表的信度和效度研究. 应用心理学, 2001, 7(1): 37-40
- 8 张雨新, 王燕. 归因方式和抑郁. 心理学报, 1989, 2:

141-146

- 9 李占江, 邱炳武, 王极盛. 青少年归因风格及其与心理健康水平的关系研究. 中国心理卫生杂志, 2001, 15(1): 6-8
- 10 施承孙, 钱铭怡. 易羞耻者的归因风格和应对风格. 中国心理卫生杂志, 1998, 12(4): 193-195
- 11 郑雪, 严标宾, 邱林. 广州大学生主观幸福感研究. 心理学探新, 2001, 20(4): 47-50
- 12 何瑛. 重庆大学生主观幸福感状况及其影响因素. 重庆师专学报, 2000, 19(2): 35-38

(收稿日期: 2004-06-24)