

大学生应对方式与自我复原的关联

张智¹, 郭磊魁²

(1. 云南师范大学教育科学与管理学院, 云南 昆明 650092; 2. 昆明大学电技系, 云南 昆明 650118)

【摘要】 目的: 了解大学生对挫折的应对方式特点以及自我复原的关联。方法: 采用大学生应对方式问卷(CP)与自我复原量表(ER89)对 319 名 1-4 年级大学生进行测查。结果: 大学生对挫折的应对方式依次主要为问题解决、转移、忍耐、求助、压抑、逃避、幻想、抱怨和退缩。传统家庭大学生比核心家庭大学生更多使用问题解决应对而较少采用逃避应对, 男生比女生更多采用问题解决和压抑应对而较少采用抱怨和逃避应对。四年级学生比其他年级学生更多使用逃避和压抑应对。自我复原均分与问题解决、求助、忍耐呈显著正相关, 与逃避、退缩、压抑呈显著负相关, 与幻想呈轻度负相关。结论: 家庭生活环境及性别对于应对方式有一定影响, 积极应对方式有助于自我复原。

【关键词】 应对方式; 自我复原; 关联

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2005)04-0432-02

Correlation of Coping Styles of Undergraduates with Ego Resiliency

ZHANG Zhi, GUO Lei-kui

Faculty of Educational Science and Management, Yunnan Normal University, Kunming 650092, China

【Abstract】 **Objective:** To understand characteristics of coping styles and their relationship with ego-resiliency.

Methods: 319 university students from grade 1-4 were surveyed by CP and ER89. **Results:** ①The main coping styles to frustration were respectively found as follows: problem solving, shifting, tolerance, help-seeking, oppressing, escaping, fantasy, complaining, and withdrawal; ②Students from traditional families had significantly higher scores of problem solving but lower scores of escaping than those of nuclear families; ③Males had significantly higher scores of problem solving and oppressing but lower scores of complaining and escaping styles than females; ④Significant higher scores of escaping and oppressing were found of the 4th grade than others; ⑤The mean scores of problem solving, help-seeking and tolerance were positively correlated with mean score of ER89, while the mean scores of escaping, withdrawal, oppressing and fantasy were negatively correlated with the mean scores of ER89. **Conclusion:** The factors of family living condition and gender affected student's coping styles to some extent, and positive coping styles benefited ego resiliency.

【Key words】 Coping style; Ego resilience; Correlation

作为中介因素之一的应对,一定程度上可影响应激的后果和严重性。通常采用自我心理学模式(ego psychology model)和应激的关联模式(relational model of stress)对其进行研究^[1]。从 20 世纪 80 年代起,心理学家们对逆境下自我复原的现象产生了兴趣,或认为它是与危险因素产生互动的因素或保护性过程;或认为是克服逆境、个人成功应对生活压力影响、历经创伤后的恢复^[2]。Masten 指出:自我复原是普通人类适应系统的正常功能,当其作为保护系统按良好的工作序列运作时,个人即使身处逆境仍能获得良好发展的结果。最近的研究主要围绕针对复原的变量模型和个体模型展开,前者侧重测查逆境的严重程度、后果及个体或环境中保护个体免受危害的潜在功能之间的关系,而后者侧重研究处境不利的儿童群体差异和个体差异^[3]。本研究试图调查大学生应对方式的特点及影响因素,寻找应对方

式和自我复原之间的关联,为心理健康教育和治疗性干预提供依据。

1 对象与方法

1.1 对象

分层随机抽取云南三所高校 330 名 1-4 年级文理科学生为研究对象。其中有效样本 319 名,男生 173 名,女生 146 名,年龄 18~27 岁,平均年龄 22.6±4.05 岁。其生活背景分别为传统家庭 157 名,核心家庭 150 名,单亲家庭 12 名。

1.2 研究工具

1.2.1 大学生应对方式问卷(CP)^[4] 含 58 项,包括问题解决、转移、求助、忍耐、抱怨、幻想、逃避、退缩、压抑 9 个应对因素,从“从不采用”到“经常采用”按 0~4 分记分。

1.2.2 自我复原量表(ER 89)^[5] 含 14 项,从“完全不适合”到“非常适合”依次记为 1~4 分,满分为 56

分。均分越高,表明从逆境中复原越快。

2 结 果

2.1 大学生应对方式的差异比较

按应对方式得分的高低依次排列为:问题解决(3.88)、转移(3.18)、忍耐(3.13)、求助(3.09)、压抑(2.57)、逃避(2.54)、幻想(2.38)、抱怨(2.27)和退缩

(1.73)。为进一步了解年级、家庭及性别对应对方式的影响,对结果进行多重比较,发现:四年级学生的逃避、压抑应对显著高于其余年级的学生;传统家庭学生采用问题解决应对显著高于核心家庭学生,而逃避应对显著低于核心家庭学生;男生采用问题解决和压抑应对显著高于女生,而抱怨和逃避应对显著低于女生,见附表。

附表 年级、家庭、性别因素应对方式因子的比较($\bar{x} \pm s$)

	问题解决	转移	求助	忍耐	抱怨	退缩	压抑	逃避	幻想
一年级	3.77±0.58	3.03±0.85	3.01±0.65	3.11±0.54	2.27±0.71	1.67±0.53	2.59±0.85	2.51±0.65	2.42±0.75
二年级	3.88±0.60	3.18±0.66	3.09±0.57	3.15±0.66	2.25±0.57	1.74±0.61	2.60±0.87	2.51±0.72	2.31±0.77
三年级	3.88±0.44	3.17±0.50	3.07±0.50	3.06±0.56	2.27±0.60	1.74±0.53	2.51±0.79	2.51±0.71	2.41±0.75
四年级	3.98±0.49	3.34±0.56	3.18±0.58	3.24±0.51	2.27±0.60	1.74±0.44	2.62±0.76	2.71±0.61	2.41±0.75
F	1.86	2.34	1.50	0.24	2.36	0.94	2.81*	3.16*	1.56
核心家庭 1	3.80±0.49	3.19±0.59	3.03±0.56	3.11±0.57	2.29±0.58	1.71±0.53	2.54±0.83	2.62±0.69	2.38±0.76
传统家庭 2	3.96±0.55	3.18±0.59	3.11±0.55	3.14±0.59	2.23±0.57	1.73±0.56	2.59±0.81	2.46±0.67	2.39±0.71
单亲家庭 3	3.74±0.72	3.11±0.47	3.34±0.83	3.19±0.61	2.55±0.90	1.90±0.55	2.69±1.00	2.67±0.73	2.44±0.64
F(1 vs 2)	4.29*	0.31	3.83	0.20	0.65	0.01	0.01	4.27*	0.19
男生	3.93±0.51	3.10±0.55	3.04±0.57	3.21±0.58	2.22±0.62	1.72±0.56	2.74±0.83	2.46±0.65	2.40±0.77
女生	3.82±0.55	3.27±0.61	3.14±0.56	3.03±0.57	2.33±0.56	1.74±0.52	2.36±0.76	2.64±0.71	2.37±0.69
F	5.85*	2.60	0.79	3.28	5.01*	0.69	15.31***	3.90*	1.47

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$; F(1 vs 2) 表示核心家庭与传统家庭比较的 F 值。

2.2 应对因子与 ER89 得分的相关分析

大学生 ER89 的得分范围为 26~55 分,其总均分为 2.98 ± 0.41 分,与 Tugade 和 Fredrickson 对美国大学生的调查结果相近^[6]。ER89 均分与问题解决、求助、忍耐和转移因子均分均呈显著正相关(r 依次为 0.428, 0.282, 0.231 和 0.160, $P < 0.01$),而与退缩、抱怨、压抑、逃避均分呈显著负相关(r 依次为 -0.230, -0.218, -0.225 和 -0.183, $P < 0.01$),与幻想因子均分轻度负相关($r = -0.011$)。

3 讨 论

应对方式的结构包含问题取向、情绪取向和回避三个方面。问题取向应对含问题解决、求助和忍耐;情绪取向应对含转移、抱怨;回避含幻想、压抑、退缩和逃避。大学生通常以问题解决、转移、忍耐、求助等应对方式为主,但大四学生在面对就业困难、屡受挫折和多重冲突中,更易产生自卑怯弱与焦虑失落,因而比其他年级学生更多使用压抑、逃避等消极应对方式。

来自传统家庭的学生要比核心家庭的学生更能娴熟运用问题解决应对,这与他们的家庭成员复杂和扮演角色有关,他们既要孝敬长辈又要给晚辈做

出表率。在挫折面前更需要冷静思考解决问题、从失败中汲取经验教训,而无法象核心家庭的同学那样去依赖父母。单亲家庭大学生因家庭的变故离析削弱了其社会支持源,会因自卑失落而采用回避、退缩和抱怨应对。此外,面临挫折,女生比男生更倾向抱怨逃避,自我评价也较低,这与传统文化对性别社会化的消极影响有关。

自我复原是人类适应系统环境变化的正常功能,反映为在挫折情境中自我的良好调控、适度反应、利用资源能力等心理复原特质。ER89 得分高者要比低者更容易从重创中复原,积极情绪的缓冲作用有助于对抗应激。积极应对策略如积极的再评估、针对问题的应对等都与积极情感的发生和维系关联。测查表明:ER89 均分与问题解决、转移、求助和忍耐因子均分均有显著正相关,而这些因子又与积极情绪关联,可促进问题解决技能的发展和更好地利用心智资源^[7]。ER89 均分与抱怨、退缩、逃避、压抑因子均分呈显著负相关,与幻想因子均分轻度负相关,而它们又直接或间接地与消极情绪关联,进而阻碍了问题解决和应激下的心理复原。应针对性别、年级和家庭等特点,有针对地提高大学生心理调适能力,培养积极的应对方式,提高心理健康水平。

(下转第 436 页)

对四种性别类型在人格因子水平得分的单因素方差分析结果显示,4个因子中除容纳性外,其余均存在显著差异。进一步观察均值多重比较结果发现,双性化与男性化在一般人格因子的两个因子“人际取向”、“可靠性”上存在显著差异;双性化与女性化只在一般人格因子的“领导性”上存在显著差异;双性化与中性化在所有一般人格因子上均存在显著差异。对双性化与其它性别类型人格特征在分量表水平的单因素方差分析结果显示,28个分量表中有24个存在显著差异,进一步观察LSD均值多重比较结果,可以看出虽然双性化者在因子水平上与男性化较为一致,但在分量表水平上还是有差异。

3 讨 论

双性化性别类型与其他三种性别类型在CPAI-2人格因子水平和分量表水平的比较结果显示,在领导性方面,双性化与男性化在因子水平上不存在显著差异,只是双性化的开拓性不及男性化。而与女性化相比,双性化表现出较高的领导性,如双性化较女性化更具开拓性、新颖性、多样化、具有多元思考能力等;在人际取向方面,双性化与女性化无论是在因子水平还是在分量表水平上均不存在显著差异,但与男性化相比却存在显著差异,具体体现在双性化较男性化更具人情味、纪律性、和谐性和社会触觉等。这些结果充分说明双性化人格特征中明显带有男性化和女性化的两大典型特征,即男性化的领导性和女性化的人际取向性。

在可靠性和容纳性两个因子方面,双性化的严谨性和防御性均高于男性化和女性化,这可能与国外研究提到的双性化者行为的情景性有关。再一方面,双性化较男性化更具社会性、更加诚实、同时也更爱面子,悲观和自卑;双性化较女性化更具责任

感、自信、乐观、善于内控、同时也更自我,更加圆滑。这些结果又表现出对于同一人格特征的表现强度,双性化介于男性化与女性化之间的特点。另外,双性化与中性化的人格特征差异较大,作为性别角色的两个极端,我们认为这种差异显著性是可以理解的,但仍有一些细节的问题值得进一步探讨。

参 考 文 献

- 1 珍妮特·希伯雷·海登, B·G·罗森伯格著. 范志强等译. 妇女心理学, 云南人民出版社, 第1版, 1987. 71
- 2 钱铭怡, 等编著. 女性心理与性别差异. 北京大学出版社, 1995年版
- 3 严毅旭. Bem Sex Role Inventory (BSRI, Bem). 社会心理学量表介绍(台湾), 1974
- 4 Elle Pile Cook. Psychological Androgyny New York: Pergamon Press, 1985
- 5 朱莉琪, 方富熏. 儿童性别角色发展的理论研究. 心理学动态, 1998, 4: 31-35
- 6 Marylee CT, Judith AHL. Psychological Androgyny: Theories, Methods, and Conclusions. Psychological Bulletin, 1982, 92(2): 347-366
- 7 钱铭怡, 罗珊红, 等. 关于性别角色刻板印象的初步调查. 应用心理学, 1999, 1: 14-19
- 8 蔡华俭, 杨治良. 大学生性别自我概念的结构. 心理学报, 2000, 34(2): 168-174
- 9 李少梅. 大学生双性化性别特质与人格特征的相关研究. 陕西师范大学学报(哲社版), 1998, 4: 148-152
- 10 马莹, 王红瑞. 双性化人格特质与心理健康的关系研究. 宁夏大学学报(人文社科版), 2001, 5: 116-118
- 11 邹萍. 女大学生性别角色双性化及其影响因素的研究. 大连大学学报, 1999, 3: 67-71
- 12 关树文, 杨青. 关于中老年教师性度取向的调查研究. 内蒙古师大学报, 1998, 2: 72-76
- 13 Cheung et al. Indigenous Chinese personality constructs. Journal of Cross-Cultural Psychology, 2001, 32(4): 407-433

(收稿日期: 2005-04-04)

(上接第433页)

参 考 文 献

- 1 彭瑛, 郭文斌, 王国强. 抑郁症患者抑郁症状、应付方式与人格关系的研究. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(3): 230-231
- 2 曾守锤, 李其维. 儿童心理弹性发展的研究综述. 心理科学, 2003, 6: 1091-1094
- 3 Ann S. Masten. Ordinary magic: resilience processes in development. American Psychologist, 2001, 56(3): 227-235
- 4 刘凤娥, 黄希庭. 大学生应对方式问卷的初步编制. 西南师范大学硕士论文, 2002

- 5 Tatsuma Nakao & Kazuo Kato. Japanese adaptation of Ego-Resiliency Scale. 28th ICP poster, Beijing: 1-2
- 6 Michele M. Tugade, Barbara L. Fredrickson. Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. Journal of Personality and Social Psychology, 2004, 86(2): 320-333
- 7 Barbara L. Fredrickson. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden - and - build theory of positive emotions. American Psychologist, 2001, 56(3): 218-224

(收稿日期: 2005-02-18)