

大学生情绪智力与应对效能的关系研究

韩小琼¹, 郑雪¹, 丘碧群², 严标宾^{1,2}

(1.华南师范大学心理系, 广东 广州 510631; 2.肇庆学院教育学系, 广东 肇庆 526061)

【摘要】 目的:揭示大学生的情绪智力与应对效能之间的关系。方法:采用情绪智力问卷和应对效能量表对广东省四所大学的 220 名学生进行研究。结果:①情绪智力在高低年级、是否学生干部之间存在显著差异,表现为低年级大学生的情绪智力高于高年级大学生的,学生干部的情绪智力高于非学生干部的。具体体现在情绪智力的控制管理情绪、认识理解情绪、表达情绪这几个因素上;②应对效能是否在是否学生干部之间存在显著差异,且学生干部的应对效能高于非学生干部,具体体现在应对效能的胜任力、认知水平这两个因素上。③情绪智力与应对效能之间存在显著的正相关;应对效能中的胜任力、自信程度、认知水平能够有效地预测大学生的情绪智力。结论:大学生情绪智力与应对效能之间存在显著正相关。

【关键词】 情绪智力; 应对效能; 相关研究; 大学生

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2009)01-0081-03

Relationship Between Emotional Intelligence and Coping Efficacy of College Students

HAN Xiao-qiong, ZHENG Xue, QIU Bi-qun, YAN Biao-bin

Department of Psychology, South China Normal University, Guangzhou 510631, China

【Abstract】 **Objective:** To study the relationship between emotional intelligence and coping efficacy of college students.

Methods: 220 college students in Guangdong province were selected as a sample to complete Emotional Intelligence Questionnaire and Coping Efficacy Scale. **Results:** ①In the Emotional intelligence scores, the lower-grade students were higher than the higher-grade; cadre students were higher than the non-cadre students. ②In the Coping efficacy scores, cadre students were higher than the non-cadre students'. ③Emotional intelligence was positively correlated with coping efficacy, and competence perception; self-confidence degree and cognition level were mainly contributed to emotional intelligence. **Conclusion:** Emotional intelligence is positively correlated with coping efficacy.

【Key words】 Emotional intelligence; Coping efficacy; Correlate study; College students

近年来,情绪智力愈来愈受到人们的关注,心理学界对它的研究也愈来愈多。Salovey 和 Mayer 把情绪智力定义为监控自己和他人的情绪和情感,对其加以识别并用以指导自己的思维和行为的能力^[1]。在情绪智力的结构上,他们认为情绪智力是包含准确地觉察、评价和表达情绪的能力,接近或产生感情以促进思维的能力,理解情绪及情绪知识的能力以及调节情绪以帮助情绪和智力的发展的能力。他们强调的是情绪的认知成分。情绪智力被定义为一组新的与情绪有关的能力,而不是一般的理解、预测或控制自身和他人行动的能力。

另有学者对情绪智力提出了不同的观点。如 1995 年 Goleman 出版的专著《Emotional Intelligence》中^[2],则将情绪智力分为认识自己的情绪、管理自己的情绪、激励自我、认知他人的情绪和处理人际关系五个方面。另外,Bar-on 认为,情绪智力是影响人应付环境需要的压力的一系列情绪的、人格的和人际能力的总和。情绪智力决定一个人在生活中

能否取得成功的重要因素,直接影响人的整个心理健康^[3]。

所谓应对效能是指个体处于应激状态时对自己能否成功应对所具有的信心,是对自己应对能力的评价。Bandura 将应对效能看作自我效能概念的一个特例,认为应对效能是一种信念,指个体对自己能否对可能的威胁性事件行使控制,包括采取行动以减少消极结果产生的可能性,控制与情境有关思想和情感的信念。Bandura 提出应对效能具有多重作用,它能让人们尽可能地采取有效行动,思考减少威胁的各种办法,降低消极情绪的唤起^[4]。许多研究都表明,应对效能与痛苦等消极情绪存在负相关,与心理健康水平存在密切的关系^[5-8]。

在情绪智力与应对效能相关的研究中,一方面,情绪智力受多种因素的影响,同时具有可培养性、发展性^[9]。如在张秋燕等人的研究中指出,情绪智力与应对方式呈正相关^[10]。另一方面,应对效能在多个方面影响个体在应激状态中的情绪状态和行为,如有研究表明应对效能与抑郁呈显著负相关,并且应对效能可以显著预测抑郁水平^[11],同时有研究指出青

【基金项目】 国家社科基金“十一五”规划 2006 年度国家一般课题 (BBA060015) 的成果之一。

少年的应对效能减少了压力对他们造成的消极情绪与行为^[12],进而影响情绪智力。因此,在本次研究中,通过相关及回归分析,对情绪智力与应对效能之间的相互关系作一研究。

1 对象与方法

1.1 被试

在华南师范大学、广州大学、肇庆学院、湛江师范学院几所大学发放 250 份问卷,收回有效问卷 220 份。其中,男 84 份,女 136 份。

1.2 工具

1.2.1 情绪智力问卷 采用何小蕾编制的情绪智力问卷^[13],该问卷共有 55 道题(46 道正式测题以及 9 道测谎题)。该问卷共有五个因子,它们分别是认识理解情绪、表达情绪、控制管理情绪、利用情绪以及情绪发展。得分越高,表示情绪智力越高。

1.2.2 应对效能量表 采用童辉杰编制的应对效能量表^[14],该量表共有 17 道题,三个因子,分别是胜任力、认知水平、自信程度。得分越高,表示应对效能感越高。

2 结 果

2.1 大学生情绪智力与应对效能的特点分析

将情绪智力与应对效能作为因变量,性别、年级、专业、是否学生干部作为自变量,进行平均数差异比较。结果表明:①高低年级大学生在情绪智力上存在显著差异:低年级(大一、大二)的大学生的情绪智力高于高年级(大三、大四)。高低年级在应对效能上不存在显著差异。②是否学生干部在情绪智力、应对效能上均存在显著差异。学生干部的情绪智力和应对效能高于非学生干部。详见表 1、表 2。

表 1 大学生情绪智力及其因子的分析($\bar{x} \pm s$)

	控制管理情绪	表达情绪	认识情绪	利用情绪	情绪发展	情绪智力
男(n=84)	76.03 ± 9.91	31.06 ± 5.95	23.31 ± 3.68	12.48 ± 2.35	13.42 ± 2.62	159.29 ± 17.80
女(n=136)	76.11 ± 9.03	30.51 ± 5.48	23.79 ± 3.78	12.10 ± 2.53	12.87 ± 2.52	155.38 ± 16.61
t	-0.63	0.693	-0.919	1.093	1.548	0.383
低年级(n=103)	77.77 ± 9.19	31.00 ± 5.91	24.20 ± 3.80	12.53 ± 2.46	13.08 ± 2.48	158.58 ± 16.92
高年级(n=117)	74.61 ± 9.29	30.48 ± 5.44	23.08 ± 3.62	11.99 ± 2.45	13.08 ± 2.65	153.23 ± 16.83
t	2.530*	0.681	2.251*	1.638	0.002	2.348*
是学干(n=101)	77.85 ± 8.52	31.56 ± 5.62	24.03 ± 3.70	12.43 ± 2.44	13.31 ± 2.08	159.17 ± 15.92
否学干(n=119)	74.59 ± 9.80	30.01 ± 5.62	23.24 ± 3.75	12.09 ± 2.48	12.88 ± 2.91	152.81 ± 17.47
t	2.611**	2.047*	1.559	1.001	1.225	2.802**
文科(n=69)	76.64 ± 9.50	30.38 ± 5.60	23.42 ± 3.45	11.87 ± 2.53	12.75 ± 2.34	155.05 ± 15.97
理科(n=127)	75.17 ± 9.31	30.75 ± 5.76	23.34 ± 3.82	12.18 ± 2.42	13.18 ± 2.68	154.62 ± 17.65
其它(n=24)	79.33 ± 8.73	31.58 ± 5.39	25.54 ± 3.68	13.67 ± 2.06	13.46 ± 1.99	163.58 ± 15.20
F	2.192	0.406	3.715	5.027**	0.918	2.920

表 2 大学生应对效能及其因子的分析($\bar{x} \pm s$)

	自信程度	胜任力	认知水平	应对效能
男(n=84)	7.88 ± 2.01	27.67 ± 5.03	16.23 ± 2.91	51.77 ± 7.69
女(n=136)	7.70 ± 1.78	27.24 ± 4.73	17.25 ± 2.54	52.18 ± 7.06
t	0.702	0.641	-2.744	-0.404
低年级(n=103)	7.83 ± 1.84	25.57 ± 4.78	16.95 ± 2.79	52.35 ± 7.51
高年级(n=117)	7.71 ± 1.90	27.25 ± 4.90	16.78 ± 2.68	51.74 ± 7.12
t	0.424	0.496	0.470	0.614
是学干(n=101)	7.79 ± 1.75	28.26 ± 4.18	17.31 ± 2.43	53.36 ± 6.41
否学干(n=119)	7.76 ± 1.97	26.67 ± 5.24	16.48 ± 2.92	50.89 ± 7.82
t	0.174	2.449*	2.264*	2.519*
文科(n=69)	8.04 ± 1.56	27.28 ± 4.85	17.35 ± 2.55	52.67 ± 7.08
理科(n=127)	7.65 ± 1.99	27.18 ± 4.91	16.47 ± 2.84	51.31 ± 7.50
其它(n=24)	7.58 ± 1.99	28.92 ± 4.29	17.50 ± 2.32	54.00 ± 6.51
F	1.106	1.336	3.102*	1.773

表 3 情绪智力与应对效能及其诸因素之间的相关分析

	控制管 理情绪	表达 情绪	认识 情绪	利用 情绪	情绪 发展	情绪 智力
自信程度	0.174**	0.278***	0.124	0.056	0.135*	0.243***
胜任力	0.495**	0.372***	0.319***	0.208**	0.431***	0.560***
认知水平	0.498**	0.166*	0.233***	0.023	0.224***	0.417***
应对效能	0.559**	0.380***	0.330***	0.161*	0.404***	0.590***

表 4 情绪智力之逐步多元回归分析结果

选出的变 项顺序	多元相 关系数 R	决 定 系数 R ²	增加的解 释量 ΔR	标准化回 归系数 β	t
胜任力	0.560	0.314	0.314	0.437	6.107***
自信程度	0.581	0.338	0.024	0.177	3.318**
认知水平	0.593	0.352	0.014	0.154	2.178*

2.2 情绪智力与应对效能的相关分析

情绪智力与应对效能之间存在极其显著的相关;情绪智力与应对效能的各因素之间存在不同程度的正相关。见表 3。

2.3 情绪智力之逐步多元回归分析结果

用自信程度、胜任力、认知水平作为预测变量,情绪智力作为效标变量进行逐步多元回归分析。结果如表 4 所示,3 个预测变量都进入回归方程,其顺序为:胜任力、自信程度、认知水平,多元相关系数累积为 0.593,其联合解释变异为 0.352。就个别变量的解释量来看,以“胜任力”的预测力为最佳,其解释量

为 31.4%,其余依次是“自信程度”、“认知水平”,其解释量分别为 2.4%、1.4%。

3 讨 论

3.1 大学生情绪智力与应对效能的特点

研究结果表明:高低年级的大学生在情绪智力上存在显著差异,低年级(大一、大二)的大学生的的情绪智力高于高年级(大三、大四),在情绪智力的各个因素上表现在控制管理情绪、认识理解情绪上的差异。这跟陈伟伟的大学生情绪智力的初步研究的结果不一致^[15]。这可能与取样或是研究工具选取有关。不管真实原因如何,情绪智力在一定程度上是可发展变化的。在应对效能方面,高低年级的大学生之间并没有显示出显著差异。可能是因为应对效能作为一种人格变量,是一个独立的稳定的变量。因此,总体上大学生在面对应激情境时对自己的应对能力的评价上并没有显著的差异。

是否学生干部在情绪智力、应对效能上均存在显著差异,学生干部高于非学生干部,具体体现在控制管理情绪、表达情绪、胜任力以及认知水平上。这可能是从事学生工作对提高情绪智力与应对效能有帮助。当然,学生干部与非学生干部在情绪智力与应对效能上表现出来的差异,也可能是大学生在竞选学生干部过程中就因为它在情绪智力与应对效能上的优势而当选为学生干部。因此,究竟是做学生干部的大学生本身的情绪智力、应对效能较高,还是由于在做学生干部的过程中,其情绪智力、应对效能得到了进一步的发展,还有待于进一步的研究。

从传统观点上看,由于性别角色上的差异,如女生的表达力高于男生,男生的自主性高于女生,男女大学生在情绪智力上应该有显著差异。但本研究发现性别在情绪智力上不存在显著差异。这与一个研究中学生的的情绪智力结论一致:情绪智力在性别上不存在显著差异,但同 Schutte 的有关发现不同,在 Schutte 的研究中女性被试情绪智力的得分显著较高^[17]。关于情绪智力在性别上的差异,国内外的研究显示不同的结果。因此,情绪智力的性别差异问题有待进一步研究。

3.2 情绪智力与应对效能的关系

相关分析结果表明:情绪智力与应对效能之间存在极其显著的相关;且它们的各因素之间也存在不同程度的正相关。回归结果表明:胜任力、自信程度、认知水平是情绪智力的重要预测因子,它们对情绪智力都有显著影响。因此,可以通过学生胜任力、

自信程度、认知水平的提高,不断促进情绪智力的发展,从而更好地适应环境。

本研究表明,大学生的情绪智力与应对效能之间存在密切的关系。情绪智力的五个因素与应对效能的三个因素互相影响,且应对效能的胜任力、自信程度、认知水平对情绪智力有较好的预测作用。这表明,对大学生在面临应激情境时应对能力的培养,可以提高大学生准确地觉察、评价和表达情绪的能力,接近或产生感情以促进思维的能力,理解情绪及情绪知识的能力以及调节情绪以帮助情绪和智力的发展的能力。另外,在已有的研究中已表明,应对效能训练可显著提高大学生的应对效能^[4]。因此,在教育过程中,应注意对学生应对效能的培训,可通过培养其自信心、认识水平、胜任力这方面,促进学生掌握良好的应对技能,提高其应对效能水平和心理适应水平,从而促进他们的心理健康发展。

参 考 文 献

- 1 Salocer P, Mayes JD. Emotional Intelligence. Imagination, Cognition, and Personality, 1990, 9(3):185-211
- 2 Coleman D. Emotional Intellihence. New York: Bantam Books, 1995
- 3 徐小燕,张进辅. 巴昂的情绪智力模型及情商量表简介. 心理科学, 2002, 25(3):332-335
- 4 周慧. 大学生应对效能相关因素研究及训练实验. 苏州大学, 2006
- 5 Solomon Z, Benbenishty R, Mikulincer M. The contribution of wartime, prewar, and post-war factors on self-efficacy: A longitudinal study of combat stress reaction. Journal of Traumatic Stress, 1991, 4:345-361
- 6 Solomom Z, Weisenberg M, Schwarzwald M, et al. Combat stress reaction and posttraumatic stress disorder as determinants of perceived self-efficacy in battle. Journal of Social and Clinical Psychology, 1988, 6:356-370
- 7 Benight CC, Freyaldenhoven R, Hughes J, et al. Coping self-efficacy and psychological distress following the Oklahoma City Bombing: A longitudinal analysis. Journal of Applied Social Psychology, 2000, 30:1331-1344
- 8 Zautra AJ, Wrabetz AB. Coping success and its relationship to psychological distress for older adults. Journal of Personality and Social Psychology, Nov91, Vol.61. 801
- 9 陈国鹏. 做个高情商的人. 中国发展出版社, 2006
- 10 张秋艳, 张卫, 邱颂华, 等. 中学生情绪智力与应对方式的关系. 中国心理卫生杂志, 2004, 18(8):544-546
- 11 刘卫春. 初二学生应对方式、应对效能与心理适应的关系及干预研究. 东北师范大学, 2002
- 12 Thompson SC. Will it hurt less if I can control? A complex

- ed to perceived parental rearing and attachment. *Behaviour Research and Therapy*, 2000, 38:487-497
- 14 Matsuoka I N, Uji M, Hiramura H, et al. Adolescents' attachment style and early experiences: A gender difference. *Archives of Women's Mental Health*, 2006, 9:23-29
 - 15 Catherine MM, Bryanne B, Nicholas K, et al. Psychological factors associated with persistent postnatal depression: Past and current relationships, defence styles and the mediating role of insecure attachment style. *Journal of Affective Disorders*, 2005, 84:15-24
 - 16 Minica AL, Kim B, Colleen S, et al. Gender nonconformity, childhood rejection, and adult attachment: A study of gay men. *Archives of Sexual Behavior*, 2004, 33(2):117-128
 - 17 Nigel B. Sex differences in disposition towards kin, security of adult attachment, and sociosexuality as a function of parental divorce. *Evolution and Human Behavior*, 1998, 19: 125-132
 - 18 Linda JL. Attachment and loss experiences during childhood are associated with adult hostility, depression, and social support. *Journal of Psychosomatic Research*, 2000, 49:85-91
 - 19 Barbara M, Glen WB. Adult attachment style and vulnerability to depression. *Person. Individual Difference*, 1997, 22(6):835-844
 - 20 Alfonso T, Alberto D'Argenio. The relationship between anger and depression in a clinical sample of young men: The role of insecure attachment. *Journal of Affective Disorders*, 2004, 79:269-272
 - 21 Martina H. Alexithymia and attachment style in relation to locus of control. *Personality and Individual Differences*, 2003, 35:1261-1270
 - 22 Ornella M, Maurizio C, Bruno B, et al. Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, 2004, 36:499-507
 - 23 Alison W, Lucy C, Joanne VJ. Adult attachment, alexithymia, symptom reporting, and health-related coping. *Journal of Psychosomatic Research*, 2003, 55:341-347
 - 24 Alison JW, Naomi L, Nicola C, et al. Adult attachment, alexithymia, and symptom reporting: An extension to the four category model of attachment. *Journal of Psychosomatic Research*, 2005, 58:279-288
 - 25 Ann De R, Stijn V. The relationship between perceived parenting, adult attachment style and alexithymia in alcoholic inpatients. *Addictive Behaviors*, 2006, 31:1265-1270
 - 26 Silke S, Christof N, Olivia WM, et al. Attachment and coping with chronic disease. *Journal of Psychosomatic Research*, 2002, 53:763-773
 - 27 Paul C, Mark S, Mark J, et al. The relationship of attachment style to depression, catastrophizing and health care utilization in patients with chronic pain. *Pain*, 2003, 104: 627-637
 - 28 Pamela M, Jenny S, Judith AF. Adult attachment, anxiety, and pain self-efficacy as predictors of pain intensity and disability. *Pain*, 2006, 123:146-154
 - 29 Pamela JM, Jenny S, Judith AF. The relationship of adult attachment to emotion, catastrophizing, control, threshold and tolerance, in experimentally-induced pain. *Pain*, 2006, 120:44-52
 - 30 Lachlan AM, Gordon JGA. The relationship of adult attachment dimensions to pain-related fear, hypervigilance, and catastrophizing. *Pain*, 2007, 127:27-34
 - 31 Joio MM, Sbnia B, Micael A, et al. Social competence, personality and adult attachment style in a portuguese sample. *Person. Individual Difference*, 1998, 24(4):565-570
 - 32 Erik EN, Phillip RS. Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *Journal of Research in Personality*, 2006, 40:179-208
 - 33 Cindy JA, Donna SB, et al. Comparison of attachment styles in borderline personality disorder and obsessive-compulsive personality disorder. *Psychiatric Quarterly*, 2006, 77(1):69-80
 - 34 Abigail MM, Tibor PP, Rachel VL, et al. Attachment dimensions and drinking-related problems among young adults: The mediational role of coping motives. *Addictive Behaviors*, 2003, 28:1115-1127
 - 35 Jon DK, Margaret W, John ER. Adult attachment security and college student substance use. *Addictive Behaviors*, 2007, 32:1164-1176
 - 36 Marya VG, Michael CC, Noelle RL, et al. Attachment style, childhood adversity, and behavioral risk among young men who have sex with men. *Journal of adolescent health*, 2004, 34:402-413

(收稿日期:2008-03-26)

(上接第 83 页)

- answer to a simple question. *Psychological Bulletin*, 1981, 90:89-101
- 13 何小蕾. 情绪智力问卷的开发及其应用研究. 华东师范大学, 2004
 - 14 童辉杰. 应对效能: 问卷的编制及理论模型的建构. 心理学报, 2005, 37(3):413-419
 - 15 陈伟伟. 大学生情绪智力的初步研究. 浙江教育学院学报, 2005, 1(1):
 - 16 林崇德. 发展心理学. 北京: 人民教育出版社, 2004. 398
 - 17 王才康, 何智雯. 父母养育方式和中学生自我效能感、情绪智力的关系研究. 中国心理卫生杂志, 2002, 16(11): 781-784

(收稿日期:2008-07-04)