

中学生自我概念、应对方式特点及其关系研究*

张涛¹, 李祚山²

(重庆师范大学 教育学院, 重庆 400047)

摘要:采用田纳西自我概念量表以及自编应对方式问卷对重庆市两所中学共242名学生进行调查,探讨中学生自我概念和应对方式的特点、发展趋势、影响因素及其相互之间的关系。结果表明:中学生具有较积极的自我概念和应对方式;在发展特点上,自我概念各因子除自我批评外,高二年级学生得分高于其它各个年级;学生消极应对方式的得分从初一到初三逐渐上升,到高中逐渐下降;在影响因素方面,在自我批评因子上存在显著的年级差异,道德伦理自我因子存在显著的性别差异,生理自我和自我认同因子在性别和年级之间存在交互作用;在应对方式上,抱怨存在显著的年级差异,发泄存在显著的性别差异,求助在性别和年级之间存在交互作用;自我概念的正向因子与消极的应对方式呈显著负相关,与积极的应对方式呈正相关;自我概念负向因子与应对方式的关系情况则相反。

关键词:中学生;自我概念;应对方式

中图分类号: B848

文献标识码: A

文章编号: 1672-6693(2006)01-0085-05

Research on the Peculiarity and Relationship of Self-concept and Coping Style of the Middle School Students

ZHANG Tao¹, LI Zuo-shan²

(College of Education, Chongqing Normal University, Chongqing 400047, China)

Abstract: By using the Tennessee Self-concept Scale and self-compiled coping style scale, 242 students taken out from two middle schools in Chongqing were administered to probe the peculiarity developing trend and the influencing factors of the self-concept and coping style, and the relationship between them. The result showed: (1) The students possess better self-concept and coping style; (2) On the aspect of development, The Grade Two senior students got higher scores than the students in the other grades on almost all the self-concept factors except the self-criticism factor. The junior students scores of the negative coping style rised from grade one to grade three, but the senior students scores declined from grade one to grade two, the scores of the grade two senior students were the lowest. (3) On the aspect of the influencing factors, the significant differences were found from the different grades, and on the ethic self-concept, there were significant differences between boys and girls; on the aspect of physical self-concept and self-identity, the interactive effect was found between gender and grade; On the coping style, there were significant differences of different complaining from different grades, there were significant differences of grumbling between boys and girls. On the aspect of seeking help, the interactive effect was found between gender and grade. (4) The positive factors of the self-concept had significantly negative relation to the passive coping style, but had significantly positive relation to the positive coping style. The situation of the negative factors of self-concept was just reverse to the before mentioned fact.

Key words: middle school students; self-concept; coping style

1 问题的提出

自我概念是人格心理学中的一个重要概念。所谓自我概念,就是个人对自己各方面觉知的总

和。包括个人对自己性格、能力、志趣的了解,个人与他人和环境的的关系,以及对生活的评价等等^[1]。自我概念对个体的发展起着十分重要的作用。国外有关研究指出,自我概念直接或间接地影响心理健

* 收稿日期 2005-06-06 修回日期 2005-10-17

资助项目: 全国教育科学“十五”规划重点课题(No. DBA010161) 重庆市优秀中青年骨干教师资助计划

作者简介: 张涛(1969-)女,四川宜宾人,硕士研究生,研究方向为学校心理健康教育。

康^[2,3]。国内有关研究也表明,自我概念是影响心理健康、学业成绩、学习策略等的重要因素,制约着个人的发展^[4-6]。应对方式是个人在与环境的互动过程中,当个人面临超出其能力范围的压力,而为了重新建立生理与心理的平衡,所采取的处理或解决问题的方法。有研究表明,应对是影响应激结果的中间变量^[7],是压力与身心健康的中介机制。个体在面对压力时所采用的应对方法是否有效,直接影响个体的身心健康。姜乾金等人的研究表明,消极的应对方式不利于个体身心健康的保持^[8]。冯永辉、周爱保的研究也表明,应对方式同焦虑有密切相关^[9]。如果个体采用的应对方式无效,不但不能克服压力,还可能引发出新的问题,造成偏差行为,形成新的压力。

个体的应对方式不仅会受社会环境、家庭环境、学校环境等因素的影响,而且受个体发展的内在因素影响。自我概念是个体发展过程中一种重要的内在因素,它调节、控制个体的行为,直接影响个体对来自躯体、心理和社会等应激事件的评价以及所采用的应对方式。然而现有研究却对自我概念和应对方式之间的关系研究很少。本研究拟以从初一到高二学生为研究对象,探求整个中学阶段学生的自我概念、应对方式的特点以及相互关系,以促进个体形成积极的自我概念,有效应对各种压力,为开展中学生心理健康教育提供理论依据和实践指导。

2 研究方法

采用团体测试,由研究者和各班班主任组织进行,当场回收问卷,并采用 SPSS11.5 对数据进行录入和处理。

2.1 被试

从重庆市一中和双碑中学两所学校选取学生共 242 人。一中 135 人,双碑中学 107 人。其中初一 51 人,初二 35 人,初三 53 人,高一 69 人,高二 29 人,男生 109 名,女生 133 名。

2.2 测试工具

2.2.1 田纳西自我概念量表 该量表由美国田纳西州心理学家 H. Fitts 于 1965 年编制、台湾林邦杰

在 1978 年修订的第 3 版,共 70 个题目,包含自我概念两个维度和综合状况共 10 个因子,即结构维度:自我认同(ID)、自我满意(SA)、自我行动(B);内容维度:生理自我(PH)、道德自我(ME)、心理自我(PRE)、家庭自我(FA)、社会自我(SO);综合状况:自我总分(ZF)与自我批评(SC)。前 9 个因子得分越高自我概念越积极,而自我批评得分越高,自我概念越消极。该量表分半信度在 0.925~0.945 之间。

2.2.2 应对方式问卷 本文在黄希庭等编制的中学生应对方式评定问卷的基础上,参照其他量表自编应对方式问卷,共 45 题。量表采用 5 级计分,从基本上都采用、常常采用、偶尔采用、很少采用到没有采用,依次计分 5、4、3、2、1。问卷分逃避(F_1)、抱怨(F_2)、求助(F_3)、解决问题(F_4)、幻想(F_5)、发泄(F_6)、合理化(F_7)、忍耐(F_8) 8 个因子,其同质性信度 Cronbach 的 α 系数为 0.816。

3 研究结果

3.1 自我概念和应对方式的现状

对中学生自我概念进行描述性分析,其结果见表 1。中学生的自我概念在结构维度上,自我认同和自我满意得分较高,而自我行动则得分较低;在内容维度上,道德伦理自我、家庭自我得分较高,而心理自我得分低;在综合状况上,自我批评得分略微偏高,自我概念的总分得分较高。

将学生在不同应对方式上的得分相加除以各自题目数,得到其各种应对方式的平均分,结果如表 2 所示。从表 2 中可以看出,中学生采用的应对方式首先是解决问题,其次是求助、发泄、逃避,较少采用抱怨的应对方式。这说明中学生的应对方式以积极应对为主。

3.2 自我概念和应对方式的发展特点

3.2.1 自我概念发展特点 从表 3 可以看出,自我概念各因子除自我批评外,高二年级的得分都高于其它各个年级,在初中阶段,除生理自我外,初二在其它因子的得分均高于初一和初三,自我批评因子,从初一到初三呈上升趋势,且初三得分最高,到高中阶段下降。

表 1 中学生自我概念的现状

因子	PH	ME	PRE	FA	SO	SC	ID	SA	B	ZF
M	44.60	47.44	43.37	45.72	44.07	33.92	91.49	87.40	80.24	259.13
SD	6.95	7.30	7.79	8.04	8.79	6.46	10.96	11.85	10.97	29.57

表 2 中学生应对方式现状

因子	F_1	F_2	F_3	F_4	F_5	F_6	F_7	F_8
$M \pm SD$	3.05 ± 0.59	2.15 ± 0.73	3.14 ± 0.74	3.28 ± 0.71	2.94 ± 0.98	3.08 ± 0.72	2.85 ± 0.65	2.90 ± 0.87

表 3 自我概念的发展状况

	PH	ME	PRE	FA	SO	SC	ID	SA	B	ZF	
初一	M	44.41	46.32	43.39	45.05	42.64	32.67	90.28	85.58	78.62	254.50
	SD	7.03	7.45	8.51	8.70	8.86	6.75	10.46	12.48	11.76	30.62
初二	M	44.06	48.89	44.40	47.34	45.65	32.02	91.88	89.74	80.74	262.37
	SD	6.43	6.00	6.36	7.14	7.39	6.02	11.82	10.69	10.89	27.62
初三	M	44.36	47.09	43.34	45.50	44.73	36.07	90.94	89.37	80.79	261.11
	SD	7.09	7.84	7.11	7.96	8.18	5.62	10.23	11.56	10.91	29.25
高一	M	44.16	47.49	41.52	44.49	43.72	34.10	91.60	84.92	78.96	255.49
	SD	6.98	7.43	8.71	8.09	10.08	6.29	12.22	11.95	10.40	30.31
高二	M	47.14	48.41	46.52	48.37	44.51	34.24	94.06	90.34	84.79	269.20
	SD	7.06	7.19	5.76	8.09	8.04	7.34	9.04	11.16	10.17	27.18

为了能够直观地表示中学生自我概念的发展趋势,分别以年级为横坐标,以自我概念总分的平均数为纵坐标分别绘制出中学生自我概念发展的总趋势和不同性别的发展趋势,如图 1 和图 2。

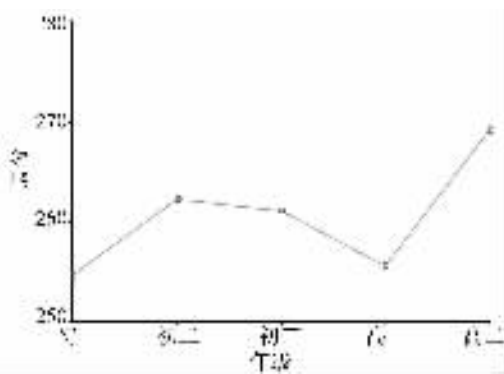


图 1 自我概念发展趋势

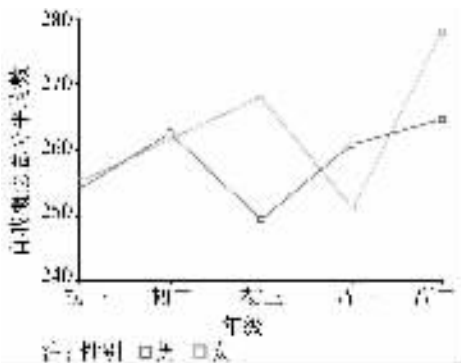


图 2 自我概念男、女生发展趋势

从图 1 可以看出,学生自我概念总分从初一到初二是上升趋势,从初三到高一呈下降趋势,到高二上升至最高。从图 2 可以看出,男女生总体自我概

念的发展总趋势是一致的,但在初中阶段,男女生自我概念得分最初都是上升趋势,但男生从初二到初三呈下降趋势,而女生则保持上升。男生从初三到高中则一直上升,而女生从初三到高一则出现下降,到高二才上升,比男生得分高。

3.2.2 应对方式发展特点 从表 4 可以看出,中学生采用逃避、抱怨、发泄、幻想的应对方式,从初一到初三逐渐上升,到高中逐渐下降,到高二得分最低;而忍耐这一应对方式,则从初一到高一呈现上升趋势,到高二下降至最低;在求助、解决问题和合理化 3 种应对方式上,在整个中学阶段发展不稳定,跌宕起伏,在高二年级,解决问题和合理化两种方式出现向上趋势,而求助应对方式则出现下降趋势。总的趋势说明,升入高中以后,中学生的积极应对方式在增加,消极应对方式在减少。

3.3 自我概念和应对方式的影响因素

3.3.1 自我概念的影响因素分析 以自我概念为因变量,以性别和年级为自变量进行多元方差分析。自我批评在年级上存在显著性差异 ($F = 2.861, P = 0.024$),而其它因子和总分均无显著性差异;在道德伦理自我因子上,男女生之间存在显著性差异 ($t = -2.31, P = 0.02$),其它因子和总分均无显著性差异。性别和年级只在生理自我 ($F = 2.409, P = 0.05$)和自我认同 ($F = 2.573, P = 0.039$)这两个因子存在交互作用。

3.3.2 应对方式的影响因素分析 以应对方式为因变量,以性别和年级为自变量进行多元方差分析,学生采用抱怨应对方式在年级上存在显著性差异

($F = 3.421, P = 0.01$),其它应对方式无显著性差异;男女生在发泄应对方式上存在显著性差异($t = -2.51, P = 0.02$),其它应对方式无显著性差异。性别和年级只在求助这一方式上存在交互作用($F = 3.101, P = 0.016$)。

3.4 自我概念和应对方式的相关分析

对自我概念和应对方式各因子进行相关分析,结果见表5。自我概念的各正向因子以及总分与抱怨、忍耐消极的应对方式呈现出显著负相关,除自我认同和自我满意外,其它各正向因子与幻想呈较低负相关,生理自我则与逃避呈较低负相关,负向因子自我批评则与逃避、抱怨、幻想、发泄、忍耐消极的应对方式呈显著正相关。自我概念的正向因子以及自我总分与求助和解决问题积极的应对方式呈显著正相关,心理自我、自我行动以及自我总分与合理化方

式呈显著正相关;负向因子自我批评则与解决问题积极的应对方式呈显著负相关。

表4 应对方式发展状况

	初一 <i>M</i> ± <i>SD</i>	初二 <i>M</i> ± <i>SD</i>	初三 <i>M</i> ± <i>SD</i>	高一 <i>M</i> ± <i>SD</i>	高二 <i>M</i> ± <i>SD</i>
F_1	2.98 ± 0.60	3.13 ± 0.66	3.23 ± 0.56	3.01 ± 0.50	2.88 ± 0.64
F_2	1.94 ± 0.71	2.08 ± 0.65	2.39 ± 0.72	2.25 ± 0.73	1.97 ± 0.81
F_3	3.01 ± 0.88	3.18 ± 0.74	3.16 ± 0.70	3.24 ± 0.64	3.03 ± 0.72
F_4	3.31 ± 0.84	3.30 ± 0.71	3.37 ± 0.60	3.19 ± 0.65	3.22 ± 0.79
F_5	2.94 ± 1.11	3.02 ± 1.06	3.16 ± 0.97	2.81 ± 0.83	2.78 ± 0.92
F_6	3.04 ± 0.69	3.10 ± 0.83	3.26 ± 0.73	3.02 ± 0.73	2.94 ± 0.62
F_7	2.80 ± 0.69	2.96 ± 0.66	2.81 ± 0.65	2.80 ± 0.60	3.02 ± 0.68
F_8	2.81 ± 0.92	2.84 ± 0.91	2.95 ± 0.90	3.06 ± 0.78	2.66 ± 0.84

表5 自我概念与应对方式的相关分析

	<i>PH</i>	<i>ME</i>	<i>PRE</i>	<i>FA</i>	<i>SO</i>	<i>SC</i>	<i>ID</i>	<i>SA</i>	<i>B</i>	<i>ZF</i>
F_1	-0.163*	-0.063	0.024	0.003	-0.028	0.293**	0.028	0.034	-0.040	0.009
F_2	-0.388**	-0.421**	-0.510**	-0.357**	-0.362**	0.358**	-0.406**	-0.356**	-0.440**	-0.456**
F_3	0.134*	0.176**	0.174**	0.178**	0.209**	0.017	0.240**	0.130*	0.253**	0.235**
F_4	0.205**	0.266**	0.335**	0.339**	0.292**	-0.130*	0.269**	0.223**	0.440**	0.352**
F_5	-0.175**	-0.161*	-0.148*	-0.146*	-0.136*	0.314**	-0.081	-0.098	-0.169**	-0.132*
F_6	0.068	0.023	-0.027	-0.004	0.081	0.239**	0.068	0.080	0.088	0.090
F_7	0.660	0.102	0.156*	-0.074	0.109	0.035	-0.108	-0.071	0.099*	0.142*
F_8	-0.356**	-0.209**	-0.297**	-0.224**	-0.255**	0.236**	-0.193**	-0.250**	-0.343**	-0.299**

注: **表示 $P < 0.01$, *表示 $P < 0.05$

4 分析与讨论

(1) 本研究结果表明,中学生具有较积极的自我概念。中学生的自我概念从初中到高中总体呈上升趋势,到高二年级最高,这与陶琴梯、杨宏飞对高中生研究结果一致;高二年级的自我概念高于高一年级^[5]。这说明,如今的中学生朝气蓬勃,充满活力,学习能力、接受能力都很强。而且在这个开放的社会,家庭、学校、社会都尽可能为他们创造良好学习环境,给他们提供锻炼机会。同时,随着学生生理和心理各方面发展,高中阶段的学生在心理和行为等方面发展都大不同于初中生,自我认识、自我调节和自我控制能力显著提高,形成较积极的自我概念,能采取积极主动的态度去面对生活,理智地分析问题,应对生活中出现的各种困难。

(2) 本研究结果表明,中学生采用应对方式首先是解决问题,其次是求助、发泄、逃避。黄希庭的研究表明,中学生首先采用解决问题应对方式^[10]。

但从各种应对方式的发展来看,中学生的应对方式如逃避、抱怨、发泄、幻想,从初一到初三逐渐上升,到高中逐渐下降,在高二年级得分最低,而解决问题的应对方式在高中阶段呈上升趋势。究其原因,是由于个体对应激的评价受到其认知能力、自我效能感、控制感、归因、信念等制约。中学阶段是个体生理和心理发展重要的时期。个体生理和心理都要经历一个从不成熟到成熟,相互间从不协调到协调的发展过程,直到高中阶段,个体才能形成较为稳定的自我概念,能较正确客观地认识自己,所以表现出更多采用积极的应对方式。因此,在对中学生应对方式的指导上,教师应将重点放在初中阶段,引导学生多采用积极的应对方法,从问题解决中逐渐成长。在性别差异上,男生和女生在发泄应对上存在显著性差异,女生比男生更多采用发泄的方式。这可能是由于女生比男生更为感性,感情细腻,且女同学之间容易沟通,更愿意找人诉说以排遣心中的不快、不安,消除情绪困扰。

(3) 本研究结果表明,自我概念的正向因子与逃避、抱怨、幻想、忍耐消极的应对方式呈显著负相关,与解决问题、求助积极的应对方式呈正相关;自我概念负向因子与逃避、抱怨、幻想、忍耐消极的应对方式呈正相关,与解决问题积极应对方式呈负相关。这表明,个体的自我概念越积极,越可能采用积极的方式来解决,自我概念越低,越可能采用消极的应对方式,这与王振宏的研究相一致^[11]。这是因为个体对自己的认识、评价不仅影响个体对自己的期望,而且影响对过去经验的解释,从而影响个体的行为。社会认知心理学家班杜拉也认为,个体的自我认知直接影响个体的行为。因此,具有积极自我概念的个体,必然表现出积极的行为,具有良好的社会适应性。自我概念成为个体成熟与否的重要指标之一。

5 结论

(1) 从总体上看,中学生具有较积极的自我概念和应对方式,男女生自我概念发展总趋势一致。

(2) 中学生在自我批评因子上,年级之间存在显著性差异;在道德伦理自我这一因子上,男女之间存在差异性显著;在生理自我和自我认同两个因子上,性别和年级之间存在交互作用。

(3) 中学生在抱怨这一应对方式上,年级之间存在显著差异;在发泄这一应对方式上,男女之间存在显著差异;在求助应对方式上,性别和年级之间存在交互作用。

(4) 自我概念的正向因子与消极的应对方式呈显著负相关,与积极的应对方式呈正相关;自我概念负向因子自我批评则与消极的应对方式呈显著正相关,与解决问题积极应对方式呈显著负相关。

参考文献:

- [1] 黄希庭,郑涌. 当代中国大学生心理特点与教育[M]. 上海:上海教育出版社,1999.
- [2] ABRAHAM T, STEVEN R H. Beach Life Events, Relationship Quality and Depression: An Investigation of Judgment Discontinuity in Vivo[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1998, 74(1): 36-52.
- [3] HIGGINS E T. Ideal, Ought, Regulatory Focus: Affect and Motivation from Distinct Pains and Pleasure[A]. GDLLWIZER P M, BARQH J A. The Psychology of Action: Linking Cognition and Motivation Behavior[C], New York: Guilford, 1996. 91-114.
- [4] 李祚山. 听觉障碍儿童自我意识的发展特点及教育对策研究[J]. 重庆师范大学学报(自然科学版), 2005, 22(1): 74-77.
- [5] 陶琴梯, 杨宏飞. 高中生的自我概念及其与心理健康的相关研究[J]. 教育科学, 2002, 18(6): 50-52.
- [6] 李山. 中学生自我概念、自我监控学习行为、学习策略和学业成绩关系的研究[DB/OL]. <http://www.cnki.net>.
- [7] FOLKMAN S. Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping and Encounter[J]. J of Personality and Social Psychology, 1986, 50(5): 992-1003.
- [8] 姜乾金. 心理应激: 应对的分类与身心健康[J]. 中国心理卫生杂志, 1993, 7(4): 145-147.
- [9] 冯永辉, 周爱保. 中学生生活事件、应对方式及焦虑的关系研究[J]. 心理发展与教育, 2002(1): 71-74.
- [10] 黄希庭, 余华, 郑勇, 等. 中学生应对方式的初步研究[J]. 心理科学, 2000, 23(1): 1-5.
- [11] 王振宏. 初中生自我概念、应对方式及其关系的研究[J]. 心理发展与教育, 2001(1): 22-27.

(责任编辑 黄颖)