

# 归因方式对不同自尊水平个体状态焦虑情绪的影响

高丽<sup>1</sup>, 张向葵<sup>1,2</sup>, 田录梅<sup>\*</sup>

(1.东北师范大学心理系, 吉林 长春 130024; 2.东北师范大学儿童发展研究中心, 吉林 长春 130024)

**【摘要】** 目的: 探讨归因方式对不同自尊水平个体状态焦虑情绪的影响。方法: 以 216 名大学生为对象, 运用 Rosenberg 自尊量表(SES)筛选出 122 名大学生为被试, 采用问卷调查与诱导实验相结合的方法进行研究。结果: ① *t* 检验中, 低自尊的归因方式平均分为 14.69, 高自尊被试的归因方式平均分为 12.93; ② 在方差分析中, 对于被试失败前后焦虑差, 自尊和归因方式的主效应及二者之间的交互作用均显著, 分别为  $F(1, 118)=7.56, P<0.01, F(1, 118)=4.83, P<0.05, F(1, 118)=5.44, P<0.05$ 。结论: 自尊与归因方式均能起到缓冲失败后不良状态焦虑情绪的作用, 两者在对状态焦虑情绪的影响上存在交互作用。

**【关键词】** 自尊; 归因方式; 状态焦虑; 失败诱导; 大学生

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2010)01-0111-03

## Influence of Attributional Style on Different Self-esteem Levels of Individual's State Anxiety

GAO Li, ZHANG Xiang-kui, TIAN Lu-mei

Department of Psychology, Northeast Normal University, Changchun 130024, China

**【Abstract】 Objective:** To examine the effect of attributional style on individual's state anxiety after failure. **Methods:** Rosenberg self-esteem scale was applied to select 122 subjects from 216 college students. The question was solved by combining the method of questionnaire inquiry with an experiment, and the data was analyzed by *t*-test and ANOVA. **Results:** ① From *t*-test, the mean score of low self-esteem subjects' attributional style was 14.69, and that of high self-esteem is 12.93; ② From ANOVA, the anxiety difference, the main effect of self-esteem, attributional style and their interactive effects were significant, respectively  $F(1, 118)=7.56, P<0.01, F(1, 118)=4.83, P<0.05, F(1, 118)=5.44, P<0.05$ . **Conclusion:** Both self-esteem and attributional style may have effect on reducing negative state anxiety, but there is interactive effect between self-esteem and attributional style.

**【Key words】** Self-esteem; Attributional style; State anxiety; Failure-inducement; College students

焦虑(anxiety)指个体预料会有某种不良后果或模糊性威胁将出现时产生的一种不愉快情绪, 其特点是紧张、忧虑、烦恼、害怕和恐惧<sup>[1]</sup>。状态焦虑被用来描述人们在特定情景中所产生的专门反应状态, 一般比较短暂<sup>[2]</sup>。在压力面前适度的焦虑是正常的心理生理反应, 但过度焦虑会严重损害个体的身心健康, 并影响其后继行为表现。焦虑情绪对身心健康的危害作用, 并不是由于某一次情绪总爆发而引起, 而是由于状态焦虑长时期地持续作用所引发的<sup>[3]</sup>。因此, 如何调节和缓冲状态焦虑情绪具有重要的现实意义和研究价值。

近些年来, 自尊在心理健康尤其是情绪健康领域的重要作用越来越成为研究的焦点<sup>[4,5]</sup>。自尊(self-esteem)指个体对自我能力和自我价值评价后的情感体验<sup>[6]</sup>。20 世纪 70 年代以来, 社会学家 Becker 等人的恐惧管理理论认为, 自尊具有缓冲不良情绪(死亡焦虑)的效应, 即自尊的目的和功能是减少和缓解焦

虑, 是心理健康的重要决定因素。20 世纪 90 年代后, 自尊研究指出自尊与抑郁、焦虑等不良情绪之间存在高相关<sup>[7,8]</sup>。Brown 等人发现<sup>[9]</sup>, 面临失败时低自尊的人比高自尊的人有更强烈的情绪困扰, 低自尊是不良情绪形成的一个高危因素。张向葵等人<sup>[10]</sup>及 Cast 等人的一些研究<sup>[11]</sup>先后证明了自尊对焦虑情绪的重要缓冲作用。

随着自尊研究的不断深入, 研究者发现高低自尊个体其归因方式存在显著差异。比如, Turner 等人发现高低自尊被试对成功和失败的归因方式上均有显著差异<sup>[12]</sup>, 高自尊被试更倾向于把成功事件归因于内部的、稳定的和普遍的因素, 而把失败事件归因于外部的、不稳定的和特殊的因素。王纯等人则发现高低自尊被试仅在失败事件的归因方式上存在显著差异, 在成功事件的归因方式上并无显著差异<sup>[13]</sup>。尽管以往研究结论不完全相同, 但总的说来, 与低自尊被试相比, 高自尊被试的归因方式更积极。

归因方式领域的研究者也探讨了归因方式与焦虑情绪之间的关系, 但研究结论上存在争议。Barlow 及我国的罗增让发现<sup>[14,15]</sup>, 焦虑患者归因方式更消极,

**【基金项目】** 2006 年度教育部哲学社会科学研究“高校心理健康教育标准研究”重大课题委托项目

通讯作者: 张向葵; \* 山东师范大学心理学院

但 Addington 等人认为,消极的归因方式只与抑郁有关,而不是其他精神病理学的普遍特性<sup>[16]</sup>。

那么,不同自尊水平的被试焦虑情绪有否差别,这种差异源于自尊的差异还是归因方式的不同?归因方式对不同自尊水平被试焦虑情绪的缓冲又有什么不同的影响?为解决以上问题,本研究以被试的状态焦虑情绪作为指标,拟通过失败诱导实验引发被试的状态焦虑情绪。其目的在于通过研究被试对失败的焦虑反应来探讨自尊和归因方式对被试失败后焦虑反应的影响,以期进一步揭示自尊和归因方式之间的关系以及二者对状态焦虑的影响。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

随机选取东北师范大学教育科学学院以及公共选修课大一至大四的学生共 216 人,按自尊得分高低各取前三分之一和后三分之一共 144 人,失败诱导实验后去掉无效数据 22 人,最终有效被试为 122 人(高自尊组 61 人; $M=31.36, SD=2.29$ ;低自尊组 61 人; $M=23.52, SD=2.34$ )。

### 1.2 研究工具

1.2.1 自尊问卷 采用 Rosenberg 自尊量表(SES)。该量表共 10 道题,采用 4 点评分,“完全不同意”为 1 分,“完全同意”为 4 分。总分越高,自尊水平越高。

1.2.2 状态焦虑问卷 采用 Spielberger 等人编制的状态-特质焦虑问卷(State-Trait Anxiety Inventory, STAI)中的状态焦虑部分<sup>[17]</sup>,共 20 道题。问卷采用 4 点评分,“完全没有”为 1 分,“非常明显”为 4 分。分数越高,表明状态焦虑水平越高,状态焦虑越严重。本研究将 20 道题随机处理为两种顺序的问卷。

1.2.3 失败诱导测验 参考田录梅失败诱导程序的基础上<sup>[18]</sup>,采自《瑞文标准推理测验(中国城市版)》中难度较大的题目共 14 题(包括 D6-D12, E6-E12),每题呈现 23 秒。呈现题目之前,向被试说明该测验是著名的智力测量工具,可以准确测量出一个人的智力水平,得分越高,说明智力水平越高。为了强化被试的失败感,总成绩的反馈为:“亚洲人的平均智商得分是 105 分,我国大学生的平均智商得分是 115 分,您的智商分数为 \*\* 分,很遗憾你在该测验上失败了。”分数由计算机随机呈现,鉴于被试为重点大学的学生,其失败反馈的得分范围是 85-90 分之间<sup>[19]</sup>。

1.2.4 归因方式问卷 针对实验情境,根据归因方式领域最普遍使用的 ASQ 问卷自编了四道题。形式和归因方式问卷一致。第 1 题为用文字回答对测验失败的归因。第 2-4 题是通过 7 点量表分别测量归

因的三个维度:内部-外部维度,持续-暂时维度和普遍-特殊维度。总分在 3-21 分之间,分数越高,表明归因方式越消极。高于平均分的为消极归因组,低于平均分的为积极归因组。

### 1.3 实验程序

在参加实验的前一天集体分批施测自尊和状态焦虑问卷,作为焦虑的基线水平。这样避免了在实验当天被试焦虑情绪测量记忆对实验后焦虑情绪测量的影响。

被试来到实验室首先参加失败诱导实验,在呈现反馈信息后,被试完成归因方式问卷及失败后状态焦虑问卷,发放礼品。在所有被试完成实验后,由主试向被试说明实验真相并道歉和致谢。

### 1.4 数据处理

采用 SPSS13.0 进行  $t$  检验与方差分析。

## 2 结果

### 2.1 不同自尊被试归因方式差异

所有被试归因方式得分的平均分为 13.81,标准差为 3.49,低自尊组的平均分为 14.69,标准差为 3.08,高自尊组平均分为 12.93,标准差为 3.67。经  $t$  检验发现,高自尊被试的归因方式得分显著低于低自尊被试( $t=2.86, P<0.01$ )。

### 2.2 四组被试失败前后状态焦虑得分

结合被试的自尊水平与归因方式分组,形成四组被试,其失败前后状态焦虑得分见附表。

附表 四组被试失败前后状态焦虑得分( $\bar{x} \pm s$ )

自尊水平	归因方式( $n$ )	前焦虑	后焦虑	焦虑差
低自尊	积极归因(20)	39.70 $\pm$ 6.50	46.85 $\pm$ 6.11	7.15 $\pm$ 7.62
	消极归因(41)	43.29 $\pm$ 12.01	54.88 $\pm$ 10.52	11.59 $\pm$ 11.52
	total	42.11 $\pm$ 10.61	52.25 $\pm$ 10.00	10.13 $\pm$ 10.55
高自尊	积极归因(29)	34.24 $\pm$ 8.43	40.00 $\pm$ 8.64	5.76 $\pm$ 8.94
	消极归因(32)	35.59 $\pm$ 9.81	41.22 $\pm$ 9.97	5.63 $\pm$ 7.10
	total	34.95 $\pm$ 9.13	40.64 $\pm$ 9.30	5.69 $\pm$ 7.96

### 2.3 归因方式对不同自尊个体失败前后状态焦虑情绪的影响

对失败前后焦虑及焦虑差的得分进行 2 (自尊水平:高/低) $\times$ 2 (归因方式:积极/消极)二因素单因变量方差分析,结果发现:无论对于失败前、失败后状态焦虑及失败前后焦虑差,自尊的主效应均显著,分别是  $F(1, 118)=12.62, P<0.01$ ;  $F(1, 118)=34.38, P<0.001$ ;  $F(1, 118)=6.45, P<0.01$ ;归因方式主效应对后焦虑及焦虑差显著,分别为  $F(1, 118)=6.99, P<0.01$ ;  $F(1, 118)=4.83, P<0.05$ ;对被试失败后焦虑情绪,两者间的交互作用边缘显著  $F(1, 118)=3.79, P=0.054$ ;对被试失败前后焦虑差,自尊与归因方式之间的交互作用显著,  $F(1, 118)=5.72, P<0.05$ 。

方差分析结果表明,在失败前、失败后状态焦虑及焦虑差得分上,高自尊被试均显著低于低自尊被试;积极归因的被试在失败后及焦虑差上的得分均显著低于消极归因的被试;并且自尊和归因方式对焦虑情绪的缓冲存在交互作用,表现为低自尊水平被试采用积极归因和消极归因方式的被试焦虑差存在显著差异,而高自尊水平被试采用何种归因方式并无显著差异。

### 3 讨 论

对被试归因方式的检验结果表明,高自尊被试的归因方式比低自尊被试更积极,这与王纯等人的研究结果是一致的<sup>[13]</sup>。这种差异可能源于他们的自我评价差异,即自尊水平的差异。

归因方式对个体焦虑情绪影响的主效应检验结果表明,不同归因方式的被试失败后的焦虑情绪及其失败前后的焦虑情绪差均有显著的差异,支持了“消极的归因方式并非只与抑郁情绪相关”的观点,也影响个体的焦虑情绪。也可能由于归因方式对个体状态焦虑情绪的影响依赖于情境,在失败诱导实验之前,即一般的生活情境下,积极或消极归因个体的状态焦虑情绪并无显著差异,但在智力测验失败这样一个失败情境下,采用不同归因方式个体的焦虑得分就会呈现出差异。这也提示我们,对假想事件的归因与对实验操作结果的归因,二者对个体焦虑情绪的影响可能会有差别,这有待于将来进一步的研究进行验证。

本研究结果表明,高自尊被试在失败前、失败后以及失败前后的焦虑差上的得分均低于低自尊组,说明无论何种情况下,高自尊被试其焦虑情绪都要少于低自尊被试,这符合 Cast 等人的观点,即自尊是在对自我同一性进行验证的过程中遇到挫折或中断时缓冲焦虑的缓冲器<sup>[11]</sup>,自尊水平越高,其自尊资源越丰富,就能越好地缓冲焦虑情绪的影响。这也与张向葵等人的研究结果一致<sup>[10]</sup>;Brown 等人发现<sup>[20]</sup>,面临失败时低自尊的人比高自尊的人有更强烈的情绪困扰,低自尊是不良情绪形成的一个高危因素。

另外,研究发现归因方式对个体焦虑情绪的影响依赖于个体的自尊水平,即自尊和归因方式对焦虑情绪影响的交互作用。积极/消极的归因方式对不同自尊水平的个体有不同的影响。测验失败后进行积极归因,对低自尊水平被试来说是一种有效的缓冲焦虑情绪的策略,低自尊者的自尊资源不够丰富,如果他们又不能有效地采用某种策略,就会导致其产生高水平的焦虑情绪。而另一方面,高自尊水平被试由于其自尊资源足够丰富,可以帮助他有效地缓冲焦虑情绪,所以无论采用积极归因还是消极归因

对其焦虑情绪没有显著影响,但他们极有可能采用了其他的策略<sup>[10]</sup>。

### 参 考 文 献

- 1 林崇德,杨治良,黄希庭,主编. 心理学大辞典. 上海:上海教育出版社,2003. 600
- 2 党彩萍. 焦虑研究述评. 西北师大学报(社会科学版), 2005,42(4):99-103
- 3 杨开勤. 短期性与长期性焦虑对大学生学习成绩的影响. 心理科学,2002,25(3):365
- 4 胡明,郑磊,夏强,等. 湖南省中学生焦虑情绪现况调查及其相关因素分析. 中国临床心理学杂志,2007,15(6):592-594
- 5 彭娟,宋彦,于守臣. 牡丹江市小学生焦虑问题调查及相关因素分析. 中国临床心理学杂志,2007,15(4):424-425
- 6 田录梅,李双. 自尊概念辨析. 心理学探新,2005,25(2):26-29
- 7 Cheng H, Fumham A. Personality, self-esteem and demographic predictions of happiness and depression. Personality and Individual Differences, 2003, 34(6): 921-942
- 8 Brown JD, Dutton KA. The thrill of victory, the complexity of defeat: Self-esteem and people's emotional reactions to success and failure. Journal of Personality and Social Psychology, 1995, 68(4): 712-722
- 9 乔纳森·布朗著. 陈浩莺,等译. 自我. 北京:人民邮电出版社,2005. 205-206
- 10 张向葵,田录梅. 自尊对失败后抑郁、焦虑反应的缓冲效应. 心理学报,2005,37(2):240-245
- 11 Cast AD, Burke P J. A theory of self-esteem. Social Forces, 2002, 80(3): 1041-1068
- 12 Turner LA, Pickering S, Johnson RB. The relationship of attributional beliefs to self-esteem. Adolescence, 1998, 33: 477-484
- 13 王纯,张宁. 大学生抑郁情绪与归因方式和自尊的关系. 中国临床心理学杂志,2006,14(6):629-631
- 14 Barlow DH. Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic. New York: The Guilford Press, 2002
- 15 罗增让. 不同焦虑者的归因模式研究. 宝鸡文理学院(社会科学版),2005,25(1):104-109
- 16 Addington D, Addington J, Robinson G. Attributional style and depression in Schizophrenia. Canadian Journal of Psychiatry, 1999, 144(44): 697-700
- 17 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版). 北京:中国心理卫生杂志社,1999. 318-320
- 18 田录梅. 自尊对大学生失败后情绪状态的影响. 心理发展与教育,2005,3:104-107
- 19 蔡华俭,杨志良. 内隐自尊的稳定性—成敗操纵对内隐自尊的影响. 心理科学,2003,26(3):461-464
- 20 Brown JD, Marshall MA. Self-esteem and emotion: Some thoughts about feelings. Personality and Social Psychology Bulletin, 2001. 575-584

(收稿日期:2009-06-07)