

高考前状态焦虑与某些内在心理因素的关系

党彩萍

(南京师范大学教育科学学院, 江苏 南京 210097)

【摘要】 目的: 研究几个内在心理因素对高考前状态焦虑的影响。方法: 相关和回归。结果: 高考前状态焦虑与特质焦虑、情绪性和精神质均呈显著正相关, 与自我效能感和内外倾呈显著负相关; 五个自变量中按解释率大小先后进入高考前状态焦虑回归方程的有: 特质焦虑、情绪性和自我效能感, 它们一起对高考前状态焦虑总变异的解释为 56.7%, 内外倾和精神质因解释率小而被剔除。结论: 几个内在心理因素对高考前状态焦虑的产生产生了不同程度的影响。

【关键词】 高考前状态焦虑; 特质焦虑; 人格; 自我效能感

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2005)02-0198-02

The Relationship between State Anxiety before College Entrance Examination and Inherent Psychological Factors

DANG Cai-ping

School of Education Science, Nanjing Normal University, Nanjing 210097, China

【Abstract】 **Objective:** To examine that how the state anxiety before college entrance examination was affected by the inherent psychological factors. **Methods:** Correlate & regression. **Results:** Those variables which entered the Regression formula of state anxiety before college entrance examination according to their explanation were trait anxiety, neuroticism and self-efficacy, the explanation of them is 56.7%. Intro-extroversion and psychoticism were removed from the formula because of inadequate explanation. **Conclusion:** Several inherent psychological factors have different effect on the state anxiety before college entrance examination.

【Key words】 State anxiety before college entrance examination; Trait anxiety; Personality; Self-efficacy

在国内考试中, 竞争最为激烈和对考生心理冲击最大的当属高考, 而测验焦虑在高考事件中的体现将更为淋漓尽致。故对高考焦虑的研究将会有力地丰富和深化测验焦虑及焦虑的研究。本文研究特质焦虑、人格的三个维度和自我效能感这五个内在心理因素对高考前状态焦虑的影响程度。

1 研究方法

1.1 被试取样

被试是重点中学和普通中学的应届和补习考生, 分别来自呼和浩特和上海两个城市。采用分层抽样法发放 1000 份问卷, 有效问卷为 857 份。

1.2 测量工具

1.2.1 状态—特质焦虑问卷 采用美国斯比尔伯格等人于 1970 年编制的状态—特质焦虑量表, 分别测量高考前状态焦虑和平时持续的特质焦虑。

1.2.2 艾森克人格问卷(成人) 包括四个分量表, E、N、P 分别代表内外倾、情绪性(又名神经质)和精神质。L 为掩饰性。

1.2.3 自我效能感问卷 该问卷由王垒编制, 有较

好的信度和效度^[1]。

1.3 施测方法

团体施测, 时间选在全国高考秋季入学统考前一个月、正规高考模拟考试成绩公布后。

2 结 果

2.1 高考前状态焦虑与内在心理因素的相关

五个自变量与高考前状态焦虑均显著相关($P < .01$), 特质焦虑、情绪性、精神质与高考前状态焦虑为正相关, 内外倾和自我效能感与高考前状态焦虑为负相关。

2.2 高考前状态焦虑的逐步回归分析

以高考前状态焦虑为因变量, 以五个内在心理因素为自变量, 建立逐步回归方程。按照对回归方程解释率大小的先后顺序进入方程的变量有: 特质焦虑、情绪性、自我效能感, 用 F 检验对三种回归模式检验, 方程显著。因解释率小而被剔除的变量有: 内外倾、精神质。三者对因变量的预测值为 56.7%。方差分析表明, 总变异中, 回归的贡献在 .01 水平上显著。

【基金项目】 全国教育科学十五规划重点课题(项目号: DBA010160)

附表 高考前状态焦虑的逐步回归分析

模式	标准化系数 Beta	t	确定系数 R ²	校正确定系数
a 常数	16.203	15.935***		
特质焦虑	.738	31.931***	.544	.543
b 常数	13.929	12.787***		
特质焦虑	.653	23.452***		
情绪性	.147	5.294***	.558	.557
c 常数	21.222	10.897***		
特质焦虑	.621	21.837***		
情绪性	.131	4.714***	.569	.567
自我效能感	-.110	-4.495***		

3 讨 论

本研究发现,特质焦虑与高考前状态焦虑呈正相关,对回归方程的预测性最大。因为人们应对具体焦虑问题的方式是相对稳定的。特质焦虑强的人有较多功能性失调的认知图式,总是有选择地注意潜在的危险因素。用 Marks 的话解释:由于增加的生活压力引起的焦虑超过个体已经处于焦虑状态的耐受力的时,这两种焦虑通常会同时出现^[2]。

Eysenck 指出,应激反应的产生是建立在人格差异和紧张性刺激类型的基础上^[3]。比如, Spielberger 提出,个性特征的持久差异表现为人们接受环境刺激时的特有倾向性,面对同一刺激,不同个性者表现出不同的焦虑水平。情绪性得分高者,有情绪不稳定倾向,对外界刺激的反应过于强烈,大脑皮层的兴奋功能容易被唤起,对高考事件的反应比情绪稳定者更敏感、更强烈,故考前状态焦虑程度也偏高。其它研究从生理机制上支持了上述结论:“高神经质(情绪性)组在紧张性刺激条件下尿内去甲肾上腺素、肾上腺素和多巴胺的分泌量均显著高于低神经质组”,“高神经质组的 TAI 分数(考前测验焦虑)显著高于低神经质组”^[4]。内外倾得分低者,表示人格倾向于内向,较安静、保守、离群。相对于外向者,内向者对高考事件更倾向于产生强烈的情绪反应。脑电研究也表明:内倾被试在高强度刺激条件下大脑皮层唤醒水平低,故其应激耐受力低于外倾者^[5,6]。而且,内倾组在紧张性刺激条件下,多巴胺的分泌量显著高于外倾组。精神质意指社会适应性,得分高者,表示不

爱与人交往;在哪里都感觉不适应。可见,对高考要求的全身心投入的紧张复习生活,高精神质考生可能更感不适应,甚至对高考产生厌恶、敌对倾向。

Hackett 指出:自我效能对焦虑有很强的直接影响。一些研究者也证明存在一种泛化的自我效能特质,可用来预测个体在不同情境下的行为^[7,8]。当个体面临较难预料或较难对付的新问题时,自我效能的作用特别突出^[9]。自我效能感高的人与环境作用时,确信自己能很好地把握高考,因而能把注意力集中在高考任务上;而低自我效能感者则将更多的注意力用在焦虑、担心上。(致谢:感谢内蒙古师范大学教科院杨伊生院长在该论文撰写的早期准备工作中给予的指导。)

参 考 文 献

- 1 王垒.自我效能的结构与测量. 北京大学学报(自然科学版).1999,35(3)
- 2 Marks I. Etal: J. Nerv.Ment.Dis.156(1):3,1973
- 3 Eysenck HJ. The Measurement of Emotion: Psychological parameters and methods, In "Emotions: Their parameter and measurement " Ed. L. Levi, Raven Press, New York, 1975: 439-469
- 4 程莎,汤慈美,李心天.人格类型对应激反应影响的实验研究(自然应激源部分),心理学报.1990:2
- 5 Gale A. The psychophysiological differences: studies of extraversion and the EEG, In "New Approaches in Psychological Measurement" Ed. P. Kline, Wiley Press, New York, 1973:211-256
- 6 Eysenck,HJ,Psychophysiology and Personality:Extraversion, Neuroticism and Psychoticism, In " Physiological Correlates of Human Behavior", Academic Press, New York, 1983,11(3):13-30
- 7 Lennings C J. An evaluation of a generalized self-efficacy scale. Personality and Individual Differences,1994,16: 745-750
- 8 Tipton RM, Worthington EL Jr. The measurement of generalized self-efficacy: A study of construct validity. Journal of Personality Assessment, 1984, 48: 545-548
- 9 Chwalisz K, Altmaier E M.Russell D W Causal attribution of career plateau: A comparative analysis.Journal of Management,1992,16:181-193

(收稿日期:2004-08-05)

学习班信息

为了满足国内医疗、教育及心理学单位开展临床心理学工作的需要,中南大学湘雅二医院医学心理学中心和中国心理卫生协会心理评估委员会计划每年五月和十月在长沙市举办全国临床心理学培训班国家级继续医学教育项目。内容包括心理评估(智力测验、个性测验及单项神经心理测验等)和心理咨询与治疗。学习结束考核合格者,可授 22 学分(A 类学分),并颁发继续教育证书。需要了解详情者,请来信或电话联系。

联系地址: 湖南长沙市人民路 139 号中南大学湘雅二医院医学心理学中心

联系人: 吴萍陵 邮编: 410011 电话: 0731-5524222 转 2710