

大学生自信、自尊、自我效能与心理健康的相关研究

答会明

(庆阳师范高等专科学校教育心理系, 甘肃 西峰 745000)

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2000)04-0227-02

Relationship between Mental Health and Self-confidence, Self-respect and Self-efficiency in College Students

DA Hui-ming

Qingyang Teacher's College, Xifeng 745000, China

【Abstract】 Objective: To understand the relationship between mental health, self-confidence, self-respect and self-efficiency in college students. **Methods:** 173 college students in grade 2 were assessed on the Scl-90, PEI, SES and SEI. **Results:** 32.37% students suffered from low to medium levels of mental health problem. Those with mental health problem also had low scores on self-confidence, self-respect and self-efficiency. **Conclusion:** There is a significant relationship of mental health with self-confidence, self-respect and self-efficiency.

【Key words】 College students; Self-confidence; Self-respect; Self-efficiency; Mental health

青少年的自尊以及自我效能不同程度地与其心理健康水平相关。近年来,国内研究与此有关的主要集中在中小學生中^[1-4]。本研究以大学生为研究对象,选取自信、自尊、自我效能以及心理健康四个心理学因素,探讨大学生群体的自信、自尊、自我效能与其心理健康水平的关系,为高校贯彻素质教育开展有效的心理健康教育提供理论依据和实践指导。

1 对象、材料和方法

1.1 对象

随机抽取甘肃庆阳师专 1998~1999 学年师范专业二年级的四个班共 195 人(男 131 人,女 64 人)为调查对象,剔除无效答卷 22 份,余 173 人(男 114 人,女 59 人),平均年龄为 19.81 ± 0.67 岁,均为独生子女。

1.2 方法

1.2.1 心理健康水平评定 以症状自评量表(SCL-90)^[5]为调查大学生心理健康水平的工具,该量表包括 90 个项目,10 个因子分量表,其中因子 10 不作为本次统计之用。调查采用 1~5 分的 5 点评分,每一项的自评分值越大说明症状越严重。以被试对每一项的自评分值等于或大于 3 分为确定中度及以上痛苦水平的标准。

1.2.2 自信水平评定 以 Shrauger 编制,季益富、于欣翻译并修订的中文版“个人评价问卷(Personal

Evaluation Inventory, PEI)^[5]为调查大学生自信水平的工具,该量表共 54 个项目,采用 1~4 分的 4 点评分,总分值越大表示自信程度越高。该量表经适当修正后间隔半月的重测信度为 0.59。

1.2.3 自尊评定 自尊量表(The Self-Esteem Scale, SES)^[5],最初由 Rosenberg 编制,由季益富、于欣翻译并修订为中文版,该量表共 10 个项目,采用 1~4 分的 4 点评分,总分值越高表示自尊水平越高。该量表经适当修正后间隔半月重测信度为 0.62。

1.2.4 自我效能评定 自我判断调查表(Self-Estimate Inventory, SEI)^[4],该量表由北京大学钱铭怡根据 Bandura 的有关理论观点编制而成,主要用于调查被试的自我效能感和自我效能信念。总分越高,表示被试自我效能感和自我效能信念越强。该量表间隔半月重测信度为 0.52。

2 结果

2.1 大学生总体 SCL-90 调查情况统计

统计结果表明,大学生在 SCL-90 各因子上达到中度及以上痛苦水平(各项目自评分 ≥ 3)的人次占被调查大学生总数的 32.37%。经排序发现,大学生群体中不健康的心理表现依次是人际敏感(8.67%)、强迫(5.78%)、敌对(4.62%)、抑郁(4.05%)、偏执(2.31%)、焦虑(2.31%)等。

2.2 大学生总体自信、自尊、自我效能的测量结果

大学生总体自信、自尊、自我效能的总分分别是 136.69±16.46、30.69±4.28、18.27±4.65。

2.3 大学生自信、自尊、自我效能与心理健

康水平的相关分析

附表显示,除自尊与敌对因子相关不显著外,其余的包括心理健康总分在内的各项因子与大学生的自信、自尊、自我效能之间存在着显著或非常显著的负相关关系。

附表 大学生的自信、自尊、自我效能与 SCL-90 各因子的相关系数

	SCL-90 总分	躯体化	强迫	人际敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性
自信	-0.378 **	-0.128 *	-0.348 **	-0.440 **	-0.401 **	-0.248 **	-0.157 *	-0.339 **	-0.223 **	-0.259 **
自尊	-0.283 **	-0.165 *	-0.242 **	-0.290 **	-0.318 **	-0.215 **	-0.061	-0.172 *	-0.168 *	-0.271 **
自我效能	-0.347 **	-0.140 *	-0.324 **	-0.335 **	-0.388 **	-0.290 **	-0.172 *	-0.209 **	-0.167 *	-0.299 **

注: n=173; * P<0.05; ** P<0.01

3 讨 论

大学生在 SCL-90 各因子上达到中度及以上痛苦水平的人次高达 32.37%,已经远远超过全国 12.6 万大学生中心理障碍率 20.23% 的水平。结果同时表明,对大学生群体的正常生活、学习等造成困扰最大的就是人际关系,如异性同学关系、恋爱关系、舍友关系、师生关系以及与父母的关系等等。这可能与大学生的交友观、恋爱观等尚不成熟、对社会、人生的认识理想化有关。

自信、自尊、自我效能是个体自我认知心理结构中的重要组成部分,它是通过自我评价、他人的评价,以及社会对自己的学识、地位、能力等认可的程度共同作用所形成的,也正是互有差异的自信、自尊和自我效能水平才最终使一个人的心理素质结构区别于其它人。本研究表明,大学生的自信、自尊、自我效能水平与心理健康的诸多方面广泛地存在相关关系,也就是说,大学生较高的自信、自尊、自我效能水平将有助于个体更好地调控自己的行为 and 心境,减少面对困难和挫折时的躯体化倾向、神经症性及精神病性反应等。同样,如果大学生个体的心理健康状况不佳,也不利于其良好的自信、自尊以及自我

效能感的形成、巩固和发展。反过来,个体较低水平的自信、自尊以及自我效能感可能会降低个体对环境的适用能力,一旦面临或者遭遇某些挫折时,个体则容易形成并表现出明显的人际敏感、强迫、抑郁、焦虑、躯体化、恐怖和偏执等不健康的心理行为倾向,对个体心理健康水平产生不利影响。

参 考 文 献

1 张文新,林崇德.青少年的自尊与父母教育方式的关系——不同群体间的一致性与差异性.心理科学,1998,21(6):489-493

2 王秋英.家庭养育方式与中学生心理健康水平的相关研究.中国心理卫生杂志,1998,21(5):276-277

3 耿耀国.体校学生心理健康及有关因素的调查.中国心理卫生杂志,1998,12(5):286

4 钱铭怡,肖广兰.青少年心理健康水平、自我效能、自尊与父母养育方式的相关研究.心理科学,1998,21(6):553-555

5 汪向东.心理卫生评定量表手册.中国心理卫生杂志,1993年(增刊):31-36;260-263;251-252
(收稿日期:2000-04-03)

6 Vanderas AP. Synergistic effect of malocclusion and oral parafunctions on craniomandibular dysfunction in children with and without unpleasant life events. J Oral Rehabil, 1996, 23(1): 61-65

7 刘卫军,史宗道.颞下颌关节紊乱综合症发病危险因素的研究.华西口腔医学杂志,1997,15(1):36-39

8 Feigngon DM, forwood LJ. Vulnerability to life events exposure. Psychol Med, 1987, 111-129

9 Southwell J. Personality and anxiety in TMJ syndrome patients. J Oral Rehabil, 1990, 17: 230-244

10 Dahlstrom L. Psychometrics in temporomandibular disorders. An overview. Acta Odontol Scand, 1993, 51(6): 339-345
(收稿日期:2000-05-10)