

文章编号:1005-0523(2012)03-0121-06

大学生防御性悲观的现状分析

胡燕,杨东明,李雪峰

(华东交通大学人文社会科学学院,江西 南昌,330013)

摘要:选取666名大学生为被试对象,采用修订的“防御性悲观”问卷,考察大学生防御性悲观的水平、性别差异及年级差异。结果表明:大学生的消极期望存在显著的年级差异,大四学生的消极期望水平显著高于大一、大二学生,大三学生的消极期望水平显著高于大一学生;大学生的消极期望存在显著的性别和年级间交互作用,大三女生的消极期望水平显著高于大三男生;大学生在反思性策略的使用上,性别差异和年级差异均不显著。

关键词:防御性悲观;消极期望;反思性

中图分类号:B848

文献标志码:A

防御性悲观最早的研究来源于Norem & Cantor(1986),他们将它理解为“尽管在以往成就情境中有过成功的经验,学生在操作被评价之前仍然设置不现实的低期望水平和反复考虑诸多可能的最坏后果”^[1]。它和自我妨碍都是个体在竞争情景中采取的自我价值保护策略,目的是回避因失败或表现不优导致的能力否定的负面结果^[2]。

防御性悲观包含两个基本成分:消极期望和反思性。前者是指在学习前为自己设置了比较安全的,能够达到的目标,这种期望水平较低。后者指个体将环境中的各种潜在结果都考虑到,并将它们纳入自己的认知结构中^[3]。较安全较低标准的设置是反对对个体能力的判断,将不充足的判断造成的对自我价值怀疑的可能性减小。反思性会令个体接受并谨慎思考他们的忧虑,从而有助于他们体验到更少的焦虑和更多的对学习结果的控制感^[4]。

Showers(1990)认为防御性悲观属于认知策略,它至少服务于2个目标:①低期望水平服务于在可能失败的成就情境前做好自我保护的目标;②反思性激起的消极情感服务于增加努力的动机目标,扩张成功的希望和可能性^[5]。

国外对防御性悲观的研究主要涉及它与自我妨碍、抑郁、乐观等相关概念的对比,并探讨了导致防御性悲观形成的内外原因,包括个人情感动机因素和家庭文化环境等因素^[6]。国内对自我妨碍的研究较多,对防御性悲观的研究极少,尤其缺乏实证研究及对消极期望和反思性两种成分的区分研究。

大学生正处于情绪波动的高峰期和自我意识发展健全的重要时期^[7],在竞争激烈的学习环境中,在就业艰难的社会现实面前,自我意识的发展虽趋向成熟,但现实自我与理想自我之间往往存在较大的差距和矛盾,在通往自我悦纳的道路上,社会角色的改变或冲突事件的发生容易引起自我价值发生波动^[8]。作为自我价值保护策略,防御性悲观对减少学生焦虑和保持自尊有一定积极作用。因此本研究拟考察中国文化背景下大学生防御性悲观的现状,为进一步的教育干预提供相应依据。

收稿日期:2011-01-05

基金项目:江西省教育科学“十一五”规划资助项目(09YB359)

作者简介:胡燕(1981—),女,讲师,主要研究方向为大学生心理健康教育研究。

1 对象与方法

1.1 对象

被试取自华东交通大学在读本科生,发放问卷700份,回收有效问卷666份,回收有效率为95.14%。其中男生408名,女生258名;大一155名,大二210名,大三158名,大四143名。

1.2 工具

本研究采用的防御性悲观量表是作者参照防御性期望量表(Norem & Cantor, 1986a; Norem & Illigworth, 1993)和反思量表(Norem, 1996),加以修订而成^[9-10]。原防御性期望英文量表有8个题目,反思量表有7个题目,采取往返翻译的方法,请两名英语系的研究生协助,其中一位将原始量表翻译成中文,再请另一位将中文翻译成英文,然后对量表的正本和经过往返翻译的译本进行比较,做出必要的修改,以保证正本和译本具有较好的语言等值性,结合开放式问卷调查和访谈的结果,在翻译后的中文量表基础上,编制预测问卷,通过对125名中学生数据的探索性因素分析,重新调整防御性悲观量表的结构,淘汰因素负荷值过低或不易解释的项目,最后保留12道题组成正式的量表,对972名中学生数据的验证性因素分析表明,修订后的防御性悲观量表由消极期望和反思性两个维度构成,具有较好的因素结构,符合理论构想,主要拟合指标为: χ^2/df (卡方/自由度)=3.65, CFI (相对拟合指数)=0.98, GFI (拟合优度指数)=0.97, NNFI (非范拟合指数)=0.98, RMSEA (近似误差均方根)=0.054。其中消极期望分量表包含以下6个题目,“尽管我过去表现不错,但我对将来要做的事总是持消极的看法”;“不管我过去做得怎么好,在进入新的学业情境时我总是预期自己做得不好”;“不管我过去做得如何好,我对未来的成绩并没有乐观的期望”;“即使过去我取得过好成绩,但我依然觉得未来的成绩中多数还是会不好”;“即便我过去表现得不错,我还是经常认为自己将来会表现不好”;“即使我过去成绩不错,但我对未来的成绩仍很悲观”。反思性分量表包含以下6个题目,“我经常在考试前考虑自己取得坏成绩的可能性”;“我在考试和作业之前会仔细考虑所有可能的结果”;“我经常考虑如果我考试考得不好或作业完成得不好时会有什么样的感觉”;“对于将要进行的测验或作业我会花很多时间考虑可能的结果”;“我总担心自己作业做得不好”;“我经常在考试前考虑自己取得好成绩的可能性”。

量表采用5级评分(1~5分),1表示完全不符合,2表示偶尔这样,3表示有时这样,4表示大多如此,5表示完全符合。消极期望和反思性分量表的得分范围均为0~30分,本研究中修订后的消极期望分量表、反思性分量表及防御性悲观总量表的内部一致性信度(Cronbach's α 系数)分别为0.858,0.78,0.85。验证性因素分析表明结构效度良好。

1.3 研究程序

从大一到大四,分专业于每个年级随机抽取一个班进行集体问卷测试,共20个班,统一指导语,并要求学生匿名真实作答。所有数据均采用SPSS12.0进行统计分析。

2 结果

2.1 大学生防御性悲观的总体水平

大学生防御性悲观各分量表平均得分为:防御性悲观为 28.57 ± 7.91 (平均数 $\pm$ 标准差,下同)分,消极期望为 12.6 ± 4.65 分,反思性为 15.97 ± 4.69 分。对比防御性悲观量表的得分范围,大学生的反思性程度略高于消极期望程度,说明青年大学生对自己的学习有着较多的忧虑和思考。

2.2 大学生在防御性悲观上的性别和年级差异比较

为了考察不同年级,不同性别大学生防御性悲观的差异状况,分别对消极期望和反思性进行 2×4 (性别 $\times$ 年级)的多因素方差分析,结果见表1,对于消极期望,年级的主效应显著,并且在性别和年级之间存在显著的交互作用。多重分析比较表明,大四消极期望水平显著高于大一、大二;大三消极期望水平显著高于大一。这说明,大一是学业消极期望最少的时期,大四的消极期望最严重。对于反思性,年级和性别的

主效应,及年级和性别间的交互作用均不显著。

对交互作用进行简单效应检验以及事后比较(见表2),结果发现:

- 1) 男性被试中,大四男生消极期望水平($M\pm SD$ 为 14.13 ± 0.56)显著高于大一,大二,大三男生($11.95\pm0.44, 12.47\pm0.4, 12.22\pm0.47$);女性被试中,大三女生消极期望水平(14.05 ± 0.59)显著高于大一,大二女生($11.58\pm0.69, 12.09\pm0.53$)。
- 2) 在大三年级被试中,大三女生消极期望水平(14.05 ± 0.59)显著高于大三男生(12.22 ± 0.47)。

表1 不同性别和年级的大学生在消极期望和反思性得分的多因素方差分析

Tab.1 Multi-factor variance analysis of negative expectaion and reflective score in college students with different gender and grade

影响因素		消极期望			反思性		
		$M\pm SD$	F	P	$M\pm SD$	F	P
性别	男	12.69±0.24	0.019	0.891	15.86±0.26	0.836	0.361
	女	12.64±0.29			16.23±0.32		
年级	大一	11.84±4.18	4.116**	0.007	16.18±4.66	1.497	0.214
	大二	12.33±4.79			15.55±4.71		
	大三	12.94±4.65			16.34±4.88		
	大四	13.46±4.82			15.94±4.46		
性别×年级			3.086*	0.027		1.212	0.304

注:“***”表示 $P < 0.001$, “**”表示 $P < 0.01$, “*”表示 $P < 0.05$; “ $M\pm SD$ ”表示平均数±标准差; F 值:方差分析的检验统计量,是2个均方的比值(效应项/误差项); P 值是概率值,显示参数估计的精准度。

表2 大学生消极期望性别×年级交互作用的简单效应分析

Tab.2 Simple effect analysis of interaction effects on negative expectation of university students with different gender and grade

变异来源	平方和	自由度	均方	F	P	事后比较
年级因素						
在男生	224.017	3	74.672	3.562*	0.014	大四>大一,大二,大三
在女生	199.319	3	66.44	3.065*	0.029	大三>大一,大二
性别因素						
在大一水平	4.317	1	4.317	0.246	0.621	差异不显著
在大二水平	6.867	1	6.867	0.298	0.586	差异不显著
在大三水平	126.106	1	126.106	6.032*	0.015	女>男
在大四水平	59.658	1	59.658	2.601	0.109	差异不显著

3 讨论

3.1 大学生使用反思性策略的性别差异

本研究结果显示,男女大学生对反思性策略的使用并无显著差异。这验证了 Martin A J 等人关于防御性悲观不存在性别差异的研究结论^[3]。

由于国内 90 后大学生多来自独生子女家庭,从小均接受来家庭和学校施加的巨大升学压力,对两性而言,学习成绩优劣都成了他们自我价值标准中重要的衡量方面。同时,由于社会进步带来的两性在社会职业上的接近,为女生的成长成才提供了优厚的条件,学校教育也为女性提供了更多的挖掘自身潜能的机会,增强了女生学习上的自信心和追求事业成功的信念;此外,社会各层面涌现的独立自主、自爱自强的女性榜样也使女生对女性性别角色的内涵赋予了更多现代意义的理解,在一定程度上强化了女生的成就动机。所以新时代的女大学生,较从前相比,追求成功的动机有了很大的提高。国内外以往关于自我价值感

的性别差异研究也都得出了比较一致的结论即“大学生自我价值感不存在显著的性别差异”(Watkins D.QI Dong, 1994^[11]; 杨雄, 1999^[12])。

无论男生还是女生, 对自我价值感的高度关注和强烈的成就动机需要推动他们在竞争性学习情境中倾向于使用反思性策略, 反复思考各种可能的后果, 通过运用对潜在失败的焦虑刺激自己努力表现更好。

3.2 大学生使用防御性悲观策略的年级差异

本研究发现, 大学生在消极期望策略的使用上存在着极其显著的年级差异, 大一是消极期望最少的时期, 大二大三略有上升, 但差异不明显, 大四的消极期望最严重。

因为进大学之前, 学习成绩的评价是自我价值的主要衡量标准, 通过高考筛选之后, 作为层次相近的大学生群体, 他们在学习自我效能感方面的差异并不明显。通常, 大一新生对新知识充满信心, 对大学生活满怀憧憬, 学业自我概念相对较高^[13], 学习态度乐观积极, 内在期望目标和自主学习能力都显著优于大四学生^[14]。随着大学学习和生活的开展, 与高中迥然不同的优劣判断标准包含了学习之外的多维评价杠杆, 如自学能力, 人际交往、情绪控制、生涯规划等各方面能力的尺度衡量, 都可能威胁到对自我价值的评判及体验, 面临大学里各种展示自我的机会及其背后的激烈竞争, 面临即将踏入社会的巨大生存压力和种种不确定, 这一切都让大学生随时对自我进行重新和全面的思索, 甚至是审慎和怀疑, 自我价值难免高低起伏。越到高年级, 个体感受到社会对自身的要求和压力越来越大, 大四学生的社会取向和个人取向的自我价值感都处于最低水平^[12]。此外, 对于多数本科生来说, 大四也是离别大学阶段, 进入社会, 创业就业的过渡期, 许多学校出现大四教学虚化^[15], 学生学习质量不佳^[16], 学习价值观下降^[17]的现象, 因此他们更愿意设置较低安全的标准。一方面显得更为谦虚低调, 另一方面采用消极期望策略可以反对对个体能力的判断, 减少不充分的判断导致的对自我价值的怀疑的可能性, 保持自己在他人心目中的良好形象。

本研究结果提示, 各年级的反思性水平并不存在显著的年级差异, 比较稳定。大学是青年阶段, 是个体思考和完善自我的重要时期, 自我意识强烈高涨, 对自我价值尤其关注, 每个人都希望得到周围人群的肯定和喜爱。在面临有可能威胁其自我价值的成就情境时, 对潜在不良后果的详细思考能够促使个体正确地认识自我, 实事求是地修正理想自我中某些不切实际的过高标准, 更好地控制焦虑情绪, 并将焦虑转化为动力, 为将来做出积极的准备。笛纳尔等人的研究也表明, 中国大学生更容易接受负面情感, 似乎他们更乐意用消极的方式来表达自己的情绪和想法, 更喜欢采纳自我保护型而非激进型的思维方式^[18], 这或许和中国崇尚谦虚低调的传统文化背景有关。

3.3 大学生使用消极期望策略在性别、年级上的交互作用

本研究发现, 大三女生的消极期望水平显著高于大三男生。究其原因, 笔者认为有以下几个方面的影响:

第一, 与大三这个特殊时期有关。

1) 大三的学业任务与其他年级不同。通常, 大三是专业学习任务最繁重的学年, 而且大三学生多着手准备研究生、公务员及各类资格证的报考复习^[19]。因为女生更偏向于再深造, 平时她们也会比男生投入更多的时间和精力在学习上, 她们对学习成效及考试结果的担忧可能更甚于男生, 为学习结果设置较低较安全的标准可以帮助她们有效应付对避免失败的不确定控制。由于消极期望仅仅只是一个认知性(非行为性)策略, 是由于被激发了消极自我图示而产生的一种与高努力有关的事先策略^[20], 可以激励她们防患于未然。

2) 大三时期就业压力对两性的影响不同。本研究取样的被试来自工科院校, 受专业特点的影响, 就业机会不均等, 竞争不公平, 职业生涯阻碍因素多^[21], 女大学生就业难的现象更加凸显。许多工科男生大三就已经签订了工作意向, 严峻的就业形势给准备考研或者四处求职的女生带来了更多学习上的压力, 采用消极期望策略一定程度上对保持应试的良好心态有积极作用。

第二, 与两性在学业自我及学习动机方面的差异有关。

1) 个体在学业情境中形成的对自身在学业发展方面的较为稳定的认知、体验和评价称为“学业自我”^[22]。Martin A J的预测模型指出自我概念积极预测消极期望^[6]。已有研究表明女生的学业自我显著低于男生^[13];女生的消极学业情绪多于男生^[23];同时,女生的感情比较细腻,内心体验敏感、丰富,对挫折的承受力差^[24],因此女生面临高学业压力时,可能更容易采取消极期望策略进行自尊保护。

2) 两性学习动机方面存在差异。男生更乐意解决复杂问题,喜欢接受挑战;而女生参与活动更看重的是他人对其行为表现的评价^[25]。这可能是因为国内社会文化对两性在发展过程中的成就评价标准不同^[26]。社会对男女成就水平进行评价时的潜在假设是:相较而言,男性先天就具有更多的成功特质,即使过程中表现平平,也不妨碍其成功的进程。在此种相对不平等的社会评价标准中,男性被允许犯错,有充足的探索空间,他们的探究和挑战精神被无形中予以激励,而女性处于劣势地位,必须频繁关注外界对自己成就和能力的评价,积极争取优评,防止劣势加剧。设置消极期望能起到缓冲作用,因为设立了更易达到的低目标,使得个体能缓解焦虑紧张的情绪,感受到更多的控制感,从而帮助她们将更多的精力投入到任务准备而非担忧中,反而更有可能收获超乎预期的好结果。

4 结论及建议

本研究结论如下:

1) 大学生的消极期望存在显著的年级差异,大四学生的消极期望水平显著高于大一、大二学生,大三学生的消极期望水平显著高于大一学生。

2) 大学生的消极期望存在显著的性别和年级间交互作用。大三女生的消极期望水平显著高于大三男生。

3) 大学生在反思性策略的使用上,性别差异和年级差异均不显著。大学生使用防御性悲观策略的过程中,消极期望和反思性的水平及分布各不相同,这提示我们这两种成分的作用机制和功效存在差异,加上个体在性格特质、能力、情感动机因素、发展环境等方面的不同影响,自然导致个体对两种成分的选择各有青睐。笔者认为两种成分即彼此独立——反思是考虑各种可能的失败结果,而期待这些结果发生即消极期望;又彼此互补——高反思性增加焦虑并进一步增加努力,消极期望可以降低焦虑,设置最低心理容忍限度的保护伞。

社会认知的最新研究表明,人们对社会信息的加工不仅包括一个能被意识到的外显过程,而且还包括一个无意识的内隐自动激活过程^[27],那么中国文化背景下的防御性悲观究竟是一个动机变量还是社会认知变量呢?是否也存在双重态度模型?使用防御性悲观策略的个体能更高效地管理自己的负面情绪,针对性地应付竞争情景,有研究显示其对学业成绩的短期负作用不明显^[6],但从长远来看,它是否会对个体的学习及身心情绪产生消极影响呢?这些问题的深入探索将有助于教育者对防御性悲观有更深刻的认识和更有效的引导。

参考文献

- [1] NOREM J K, CANTOR N. Anticipatory and post-hoc cushioning strategies: optimism and defensive pessimism in “risky” situations [J]. *Cognitive Therapy and Research*, 1986, 10(19): 347-362.
- [2] COVINGTON M V. “The motive for self-worth”, R Ames, C Ames (Eds.). *Research on motivation in education* [M]. Orlando: Academic Press, 1984, 77-113.
- [3] MARTIN A J, MARSH H W, DEBUS R L. A quadripolar need achievement representation of self-handicapping and defensive Pessimism [J]. *American Educational Research Journal*, 2001, 38(3): 583-610.
- [4] NOREM J K, K S SHAUN ILLINGWORTH. Strategy-dependent effects of reflecting on self and tasks: some implications of optimism and defensive pessimism [J]. *Journal of Personal and Social Psychology*, 1993, 65(4): 822-834.

- [5] SHOWERS C, RUBEN C. Distinguishing defensive pessimism from depression: negative expectations and positive coping mechanisms[J]. *Cognitive Therapy and Research*, 1990, 14(4):385-399.
- [6] 苏彦丽, 张进辅. 国外防御性悲观研究述评[J]. *心理科学进展*, 2008, 16(5):745-752.
- [7] 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, 1999:22-24.
- [8] 黄希庭, 杨雄. 青年学生自我价值感量表的编制[J]. *心理科学*, 1998, 21(4):289-292.
- [9] 胡燕. 中学生的自我价值保护策略及其影响因素研究[D]. 南昌: 江西师范大学, 2007:30-32.
- [10] STACIE M. SPENCER, JULIE K. NOREM. Reflection and distraction: defensive pessimism, strategic optimism, and performance[EB/OL]. (1996-04-01), <http://psp.Sagepub.com/content/22/4/354>.
- [11] WATKINS D, QI DONG. Assessing the self-esteem of chinese school children[J]. *Educational Psychology*, 1994, 4(1):129-137.
- [12] 杨雄, 黄希庭. 青少年学生自我价值感特点的初步研究[J]. *心理科学*, 1999, 22(6):484-487.
- [13] 赵小云, 张利, 薛桂英. 大学生学业自我发展的特点[J]. *现代教育管理*, 2010(7):63-66.
- [14] 周炎根, 桑青松. 大学生自主学习能力的差异性分析[J]. *黑龙江高教研究*, 2007(1):140-142.
- [15] 龚放. 大一和大四: 影响本科教学质量的关键阶段[J]. *中国大学教学*, 2010(6):17-20.
- [16] 张恩惠, 齐彦. 大四学生学习质量的评估及提高策略[J]. *黑龙江高教研究*, 2011(7):65-67.
- [17] 廖友国. 大学生自我效能感对学习价值观与学习投入关系的调节作用[J]. *宁波大学学报*, 2011, 33(5):50-54.
- [18] 曾天德. 大学生生命愿景、自我效能感与应对方式的关系[J]. *心理学探新*, 2007, 27(4):54-58.
- [19] 刘慧, 徐朝亮, 黄三生. 女大学生的职业生涯阻碍因素及对策探析[J]. *华东交通大学学报*, 2009, 26(11):116-120.
- [20] ELLIOT A J, CHURCH M A. A motivational analysis of defensive pessimism and self-handicapping[J]. *Journal of Personality*, 2003, 71(3):369-396.
- [21] 胡燕. 从236例心理咨询个案浅析大学生心理问题现状[J]. *华东交通大学学报*, 2010, 27(6):104-108.
- [22] 郭成, 何晓燕, 张大均. 学业自我概念及其与学业成绩关系的研究述评[J]. *心理科学*, 2006, 29(1):133-136.
- [23] 苏世将, 马惠霞. 大学生的一般学业情绪现状及其与大学适应的关系研究[J]. *中国健康心理学杂志*, 2009, 17(5):591-593.
- [24] 李洁, 宋尚桂. 大学生学业情绪与学业自我效能感的关系[J]. *济南大学学报*, 2011, 25(4):418-421.
- [25] 池丽萍, 辛自强. 大学生学习动机的测量及其与自我效能感的关系[J]. *心理发展与教育*, 2006(2):65-70.
- [26] 邱皓政. 工作动机的内生性与外生性: 台湾与美国大学生动机内涵之计量研究[J]. *应用心理研究*, 2000(7):221-251.
- [27] 耿晓伟, 郑全全. 中国文化中自尊结构的内隐社会认知研究[J]. *心理科学*, 2005, 28(2):379-382.

An Analysis on Defensive Pessimism of University Students

Hu Yan, Yang Dongming, Li Xuefeng

(School of Humanities and Social Sciences, East China Jiaotong University, Nanchang 330013, China)

Abstract: 666 subjects are University students. By adopting the methods of questionnaire investigation, we investigate how they used defensive pessimism strategies, including the usage level, grade differences and gender differences. The results indicated that: The grade difference of negative expectations is significant in the extreme, seniors having higher scores than freshmen and sophomores, with juniors having higher scores than freshmen; A significant interaction of sex and grade exist in the use of negative expectation. Girls display significantly higher usage level of negative expectation strategies than boys when they are Juniors; There is no significant gender difference in the usage level of reflectivity, or grade difference either.

Key words: defensive pessimism; negative expectation; reflectivity