

· 调查报告 ·

大学生心理健康状况与成就动机及自信的关系研究*

马 珺

(重庆医科大学医学心理学教研室 400016)

摘要:目的 探讨大学生心理健康与成就动机及自信的关系。方法 采用症状自评量表、成就动机量表、大学生自信量表对 971 名大学生进行测试并进行统计分析。结果 追求成功的动机和自信与大学生心理健康正相关,对心理健康有积极影响,避免失败的动机与大学生心理健康负相关,对其有负面影响。结论 追求成功的动机和自信有利于大学生心理健康发展,避免失败的动机则相反。

关键词:心理健康;成就动机;自信;心理测量;大学生

doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2013.26.028

文献标识码:A

文章编号:1671-8348(2013)26-3151-03

Research on relationship between mental health with achievement motive and self-confidence in undergraduate students

Ma Jun

(Department of Medical Psychology, Chongqing Medical University, Chongqing 400016, China)

Abstract: **Objective** To research the relationship between the mental health with the achievement motive and self-confidence in undergraduate students. **Methods** 971 undergraduate students were tested by the Symptom Checklist-90 (SCL-90), the Achievement Motive Scale (AMS) and the Confidence Scale of Undergraduate Students. **Results** The motive of pursuing success and self-confidence were positively correlated with the mental health, which had the positive impact on the mental health. However, the motive of avoiding failure was negatively correlated with the mental health, which had the negative impact on the mental health. **Conclusion** The motive of pursuing success and self-confidence are conducive to the development of the mental health of undergraduate students, and motive to avoiding failure is the opposite.

Key words: mental health; achievement motive; self-confidence; psychometry; undergraduate students

现代社会需要高素质的人才,高校必须全方位地对大学生进行塑造和教育,心理健康是其中不容忽视的一个方面。大学生是心理疾病发病率较高的一个群体,他们的心理健康状况如何关系着未来国家栋梁的身心素质,值得引起心理教育界的关注。成就动机是驱动个人在社会活动的特定领域力求获得成功或取得成就的内部力量,大学生往往有较强的成就动机,成就动机的高低是否有利于心理健康?此外, Maslow(1943)在其需要层次理论中认为,自信是自尊需要获得满足时产生的一种情感体验,并指出尊重需要缺乏满足则导致沮丧和自卑感^[1]。因而,本研究就成就动机和自信与大学生心理健康的关系进行探讨,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 在重庆市某大学进行重点调查,采用按专业分层随机抽样的方法选取 998 名大学生参加测试,收回有效问卷 971 份,有效回收率达 97.3%。共涉及 12 个专业,各个专业均为文理兼收的学生;平均年龄(20±1)岁,其中,男生 405 人,女生 566 人;大一学生 218 人,大二学生 234 人,大三学生 216 人,大四学生 161 人,大五学生 142 人。从参加测试的学生情况来看,男女比例、年级比例及文理科比例均较好,因而,所选样本具有一定的代表性。

1.2 方法 采用症状自评量表^[2](SCL-90)、成就动机量表(AMS)^[3]、大学生自信量表^[4]进行调查。

1.3 统计学处理 使用 SAS 9.1 统计软件包进行相关分析和回归分析。

2 结 果

2.1 大学生心理健康及成就动机与自信的总体情况 对大学生所填写的 SCL-90 所得分数进行统计分析,其总分及 10 个维度的得分情况见表 1。AMS 量表和《大学生自信量表》所得数据的基本情况见表 2。

2.2 大学生心理健康与成就动机及自信的相关分析

2.2.1 大学生心理健康与成就动机的相关分析 将大学生所填写的 SCL-90 与 AMS 两个量表的得分进行相关分析见表 3,“避免失败的动机”与 SCL-90 的总分及各因子得分均呈显著正相关,“追求成功的动机”与 SCL-90 的总分及各因子得分呈显著负相关。

2.2.2 大学生心理健康与自信的相关分析 将大学生所填写的 SCL-90 与《大学生自信量表》2 个量表的得分进行相关分析见表 4,整体自信、身体自信、学业自信和社交自信均与 SCL-90 的总分及各因子得分呈现显著负相关。

2.3 大学生心理健康与成就动机及自信的回归分析 将大学生的成就动机及自信的各因子得分作为自变量,大学生的 SCL-90 总分作为因变量,按照 0.15 的选入和排除水准进行多元回归分析,结果发现追求成功的动机、避免失败的动机、身体自信和社交自信因子对 SCL-90 总分有影响,其回归方程为 $Y_1 = 364.47355 + 0.79967X_1 - 0.79929X_2 - 0.85138X_3 - 1.22980X_4$ ($P < 0.01$, 该方程有统计学意义)。依此类推,将大学生的 SCL-90 的各因子得分作为因变量,按相同的选入和排除水准进行逐步多元回归分析,得到以下回归方程:

表 1 大学生 SCL-90 总体测量情况

项目	SCL-90 总均分	躯体化	强迫症状	人际关系 敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性	其他
\bar{x}	1.74	1.56	2.01	1.91	1.77	1.70	1.71	1.50	1.76	1.68	1.76
s	0.46	0.51	0.56	0.58	0.58	0.54	0.57	0.50	0.56	0.49	0.53

表 2 大学生成就动机及自信总体测量情况

项目	AMS 总分	追求成功的动机	避免失败的动机	自信总分	整体自信	身体自信	学业自信	社交自信
\bar{x}	8.23	38.86	30.63	192.02	57.72	42.49	57.97	33.84
s	11.96	6.95	7.85	26.86	6.29	7.26	9.69	5.97

表 3 大学生心理健康水平与成就动机的关系(r)

组别	SCL-90 总分	躯体化	强迫症状	人际关系 敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性	其他
追求成功的动机	-0.056*	-0.011*	-0.066*	-0.069*	-0.114*	-0.043*	0.013*	-0.034*	-0.026*	-0.030*	-0.029*
避免失败的动机	0.308**	0.172**	0.305**	0.294**	0.322**	0.257**	0.179**	0.277**	0.251**	0.288**	0.245**

* : $P < 0.05$, ** : $P < 0.01$ 。表 4 大学生心理健康水平与自信的关系(r)

组别	SCL-90	躯体化	强迫症状	人际关系 敏感	抑郁	焦虑	敌对	恐怖	偏执	精神病性	其他
整体自信	-0.191**	-0.093*	-0.173**	-0.193**	-0.245**	-0.177**	-0.087*	-0.149**	-0.099*	-0.184**	-0.156**
身体自信	-0.299**	-0.256*	-0.271**	-0.285**	-0.317**	-0.249**	-0.186**	-0.240**	-0.177**	-0.267**	-0.232**
学业自信	-0.229**	-0.128**	-0.236**	-0.215**	-0.272**	-0.196**	-0.115**	-0.157**	-0.137**	-0.218**	-0.190**
社交自信	-0.301**	-0.198**	-0.251**	-0.342**	-0.326**	-0.239**	-0.183**	-0.267**	-0.183**	-0.286**	-0.208**

* : $P < 0.05$, ** : $P < 0.01$ 。

$Y_2 = 3.5173 + 0.0043X_1 - 0.0080X_2 - 0.0152X_3 - 0.0091X_4 - 0.0041X_5 (P < 0.01)$; $Y_3 = 4.5150 + 0.0112X_1 - 0.0076X_2 - 0.0110X_3 - 0.0113X_4 (P < 0.01)$; $Y_4 = 4.6527 + 0.0106X_1 - 0.0094X_2 - 0.0092X_3 - 0.0282X_4 - 0.0049X_5 (P < 0.01)$; $Y_5 = 4.5146 + 0.0123X_1 - 0.0075X_2 - 0.0109X_3 - 0.0160X_4 - 0.0056X_5 (P < 0.01)$; $Y_6 = 4.5309 + 0.0074X_1 - 0.0091X_2 - 0.0079X_3 - 0.0105X_4 - 0.0049X_5 (P < 0.01)$; $Y_7 = 4.0764 + 0.0046X_1 - 0.0105X_2 - 0.0071X_3 - 0.0117X_4 (P < 0.01)$; $Y_8 = 3.2339 + 0.0105X_1 - 0.0082X_2 - 0.0068X_3 - 0.0186X_4 - 0.0044X_5 (P < 0.01)$; $Y_9 = 4.1206 + 0.0096X_1 - 0.0081X_2 - 0.0052X_3 - 0.0095X_4 (P < 0.01)$; $Y_{10} = 3.5948 + 0.0097X_1 - 0.0110X_2 - 0.0082X_3 - 0.0159X_4 (P < 0.01)$; $Y_{11} = 3.7747 + 0.0084X_1 - 0.0085X_2 - 0.0091X_3 - 0.0088X_4 (P < 0.01)$ 。(备注: Y_1 -SCL-90 总分, Y_2 -躯体化因子, Y_3 -强迫症状因子, Y_4 -人际关系敏感因子, Y_5 -抑郁因子, Y_6 -焦虑因子, Y_7 -敌对因子, Y_8 -恐怖因子, Y_9 -偏执因子, Y_{10} -精神病性因子, Y_{11} -其他因子, X_1 -避免失败的动机, X_2 -追求成功的动机, X_3 -身体自信, X_4 -社交自信, X_5 -学业自信, X_6 -整体自信)。

2.4 大学生成就动机与自信的关系 大学生成就动机与自信的相关关系研究发现,自信总分与追求成功的动机呈正相关($r = 0.46580, P < 0.01$),自信总分与避免失败的动机呈负相

关($r = -0.26356, P < 0.01$)。

3 讨论

3.1 大学生心理健康与成就动机的关系 本研究发现,大学生的心理健康水平与追求成功的动机呈正相关,与避免失败的动机呈负相关。在回归分析中,追求成功的动机和避免失败的动机对大学生心理健康水平的高低均有显著影响,追求成功的动机越强,其大学生的心理困扰越少,相反,避免失败的动机越强,则大学生的心理困扰越多。高晓华、陈权等的研究也得到了类似的结果^[5-6]。再者,梁宏宇^[7]、刘勇^[8]的研究还表明,追求成功动机高的个体往往在“现在的投入”和“未来的愿望”上有更高的期望,并具有更好的适应性和利他性。这说明追求成功动机高的个体,会积极向往成功,充满自信,较少忧虑,乐于接受困难的任务和承担责任,愿意在任务中投入努力和与他人合作,并能从完成任务中获得自我满足而产生积极情绪,从而增强自信并形成良好的心理健康状况。此外,追求成功动机高的个体,多把成功归因于自己的能力和努力,而把失败归因于自己努力不够,积极的归因方式也有利于个体调节各种不良情绪,保持健康的心态和减少各类问题行为。而害怕失败动机高的个体往往对事件更倾向于做消极的失败预期,多将成败归为外界因素,对失败感到害怕甚至恐怖,对失败情境或可能造成失败的情境敏感、担忧,通过反复检查等强迫行为来避免失败,易于焦虑和抑郁,甚至由于对失败过于回避和害怕而出现躯体反应,从而不利于心理健康。汪琼^[9]的研究也显示,避免失败

的动机越大,其心理问题越严重。

3.2 大学生心理健康与自信的关系 研究显示大学生心理健康水平与整体自信、身体自信、学业自信及社交自信均呈正相关,这与车丽萍、林宇等学者的研究有相似的结果^[9-11]。在回归分析中发现身体自信和社交自信对 SCL-90 的总分及各因子得分均有显著影响,身体自信和社交自信越强的个体其心理健康状况越好。学业自信仅对躯体化、人际关系敏感和恐怖 3 个因子有影响,在学业上越自信的个体在这 3 个因子上的得分越低。整体自信仅对抑郁和焦虑两个因子有影响,在整体上越自信的个体越少出现抑郁和焦虑状态。

以上结果充分说明自信是一种良好的心理特质,有利于促进个体心理健康的良好发展。同时在研究中也发现身体自信和社交自信对大学生心理健康状况的影响最大,这可以解释为进入大学阶段,学习不再是大学生活的唯一内容,大学生开始更多地关注自己的外在形象和人际交往,对自己的外在形象或身体更加满意的个体更容易获得自信也更有利于其心理健康,此外善于人际交往且能在与人交往中获得满足的个体其心理健康水平往往也较高。当然,学习仍然是大学生活的重要内容,如果个体对学习没有信心,则容易对学习产生恐惧情绪,并且在中国的教育制度下,学习成绩的好坏很大程度上体现了个人价值的大小以及是否得到他人更大程度的认可,如果个体在学习上成绩不佳或不够自信,往往会影响到他们在人际交往中的表现,进而影响心理健康发展。此外,在整体上越自信的个体往往对工作、学习和生活是充满信心的,看待事物比较积极乐观,进而较少出现抑郁和焦虑状态。

3.3 大学生成就动机与自信的关系 本研究结果显示,“追求成功的动机”与自信水平呈正相关,“避免失败的动机”与自信水平呈负相关,这个结果是符合逻辑的,其他学者也得到了类似的研究结果^[12]。这也进一步说明了追求成功的动机和自信是良性的心理特质,个体如果树立合理的抱负水准,在达到目标之后就会体验到成功的喜悦并增强自我悦纳的心理,从而有利于促进个体心理的健康发展^[13]。

综上所述,成就动机中的追求成功的动机和自信是有利于大学生心理健康发展的良好心理特质,而成就动机中的避免失败的动机则不利于大学生的心理健康。因此,在对大学生开展心理咨询和心理健康教育时,要注意培养大学生积极乐观的精神,向往成功,树立合理的目标并为之而奋斗,建立正确的归因方式,相信通过自己的努力一定能获得成功和成就,面对挫折

和失败要有承受能力,而不是通过害怕和回避失败的发生来取得成功。此外,在学校和课堂上要提供多种多样的活动与展示个人的平台,使每个大学生都有在不同的学科和领域中获得成功与自信的机会,从更加多元和全面的角度评价大学生,并且教会他们一些增进人际交往的技巧和塑造个人良好形象的方法,使他们能保持一定的自信水平,促进心理健康发展。

参考文献:

- [1] 亚伯拉罕·马斯洛. 动机与人格[M]. 北京:中国人民大学出版社,2007.
- [2] 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京:人民卫生出版社,1999.
- [3] 叶仁敏, Kunt A, Hagtvet D. 成就动机的测量与分析[J]. 心理发展与教育,1992,2(1):14-16.
- [4] 车丽萍. 当代大学生自信特点研究[D]. 重庆:西南师范大学,2002.
- [5] 高晓华. 自尊、成就动机及心理控制源与大学生心理健康的相关研究[D]. 呼和浩特:内蒙古师范大学,2008.
- [6] 陈权,吴先琳. 大学生成就动机、成就和心理健康关系的实证研究[J]. 教育与职业,2010,36(1):100-102.
- [7] 梁宏宇. 大学生自我同一性与成就动机关系[J]. 鸡西大学学报,2012,12(11):19-21.
- [8] 刘勇. 大学生成就动机与五大人格关系的研究[J]. 华章,2013,2(2):122-123.
- [9] 汪琼. 大学生成就动机与心理健康的关系状况及调适对策分析——以 H 大学的个案调查为例[J]. 社会工作,2012,10(1):85-87.
- [10] 车丽萍,庞连生,黄大伟,等. 大学生心理健康与自信人格的关系研究[J]. 西南大学学报:社会科学版,2010,36(6):20-24.
- [11] 林宇,周慧. 大学生自信与心理健康关系论析[J]. 继续教育研究,2011,7(2):116-117.
- [12] 戴丽英,王超红. 大学生自我效能感、社会支持与成就动机关系研究[J]. 教育与教学研究,2012,26(12):27-30.
- [13] 周东滨. 论当代大学生心理健康教育新的着力点[J]. 教育与职业,2008,2(2):149-150.

(收稿日期:2013-03-10 修回日期:2013-05-22)

(上接第 3150 页)

- [9] 张阳丹,唐晓君,李革,等. 肥胖及血脂异常与 2 型糖尿病关系[J]. 中国公共卫生,2010,26(9):1112-1113.
- [10] 方福生,田慧,于英,等. 定期糖尿病普查和健康教育对糖尿病发病率的影响[J]. 解放军医学杂志,2011,36(6):642-645.
- [11] 张蓉. 代谢综合征的流行病学研究进展[J]. 江西医药,2011,46(1):78-81.
- [12] 刘道燕,余争平,张刚,等. 重庆地区代谢综合征的环境和遗传因素危险性分析[J]. 重庆医学,2005,34(1):51.
- [13] 李琳,王素琴,田祝华,等. 对非内分泌科住院糖尿病患者

开展健康教育的调查分析[J]. 临床护理杂志,2010,9(2):42-44.

- [14] 朱聪,张春梅,余容容. 健康教育对社区糖尿病患者及家属的影响[J]. 中国乡村医药,2009,16(8):64-65.
- [15] 袁明霞,袁申元,傅汉青,等. 北京市社区 2 型糖尿病患者糖化血红蛋白水平控制状态及其影响因素——北京社区糖尿病研究 BCDS-3[J]. 中国糖尿病杂志,2010,18(10):752-755.

(收稿日期:2013-02-08 修回日期:2013-04-12)