



《西南大学学报》建设丛书

心理学研究文集

西南大学期刊社 / 编



西南师范大学出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

重庆市社会科学界联合会专项资助成果

《西南大学学报》建设丛书

心理学研究文集

西南大学期刊社 / 编

主 编 李远毅

执行主编 曹 莉



西南师范大学出版社

国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

心理学研究文集 / 西南大学期刊社编. — 重庆:
西南师范大学出版社, 2018.6

(《西南大学学报》建设丛书)

ISBN 978-7-5621-9366-1

I. ①心… II. ①西… III. ①心理学—文集 IV.
①B84—53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 122543

心理学研究文集

XINLIXUE YANJIU WENJI

重庆市社会科学界联合会专项资助成果

西南大学期刊社 编

主 编 李远毅

执行主编 曹 莉

责任编辑: 杜珍辉

责任校对: 赖晓玥

封面设计: 王玉菊

出版发行: 西南师范大学出版社

地址: 重庆市北碚区天生路 1 号

邮编: 400715 市场营销部电话: 023-68868624

[http: //www.xscbs.com](http://www.xscbs.com)

经 销: 新华书店

印 刷: 重庆共创印务有限公司

成品尺寸: 165 mm×235 mm 1/16

印 张: 23

字 数: 390 千字

版 次: 2018 年 10 月 第 1 版

印 次: 2018 年 10 月 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5621-9366-1

定 价: 70.00 元

《西南大学学报》建设丛书

社会科学编辑委员会

主 任:靳玉乐

副 主 任:李远毅 黄大宏 欧 宾

编 委:(以姓氏笔画排列)

毛兴贵 文 娟 刘荣军 李远毅 张颖超 欧 宾

高阿蕊 唐益明 黄大宏 曹 莉 崔玉洁 蒋登科

韩云波 靳玉乐

《西南大学学报》建设丛书

自然科学编辑委员会

主 任:李 明

副 主 任:李远毅 黄大宏 欧 宾

编 委:(以姓氏笔画排列)

文 娟 包 颖 汤兴华 汤振金 孙 凡

李 明 李远毅 张 桐 陈绍兰 周仁惠

欧 宾 胡 杨 夏 娟 唐益明 黄大宏

崔玉洁 覃吉康 廖 坤 潘春燕

分 册 主 编

- 《马克思主义与哲学文集》 主 编 黄大宏
执行主编 毛兴贵 高阿蕊
- 《文学与中国侠文化文集》 主 编 黄大宏
执行主编 韩云波
- 《明清史研究文集》 主 编 黄大宏
执行主编 张颖超
- 《教育学研究文集》 主 编 李远毅
执行主编 曹 莉
- 《心理学研究文集》 主 编 李远毅
执行主编 曹 莉
- 《“领跑者5000”论文集》 主 编 欧 宾

本丛书是《西南大学学报》改版10年来,首次精选所刊发的各学科领域代表性论文编纂而成的系列文集,比较全面地展示了办刊的成绩,并作为创刊60周年的纪念。

《西南大学学报》的前身是创自1957年的《西南师范学院学报》(人文社会科学版)和《西南农学院学报》,两刊都属1949年以来,创办时间最悠久的高校综合性学术期刊之一。1985年以后,随着两校办学的发展,先后分别改为《西南师范大学学报》(人文社会科学版)和《西南农业大学学报》(自然科学版),至2005年两校合并组建西南大学,各自走过了近半个世纪的发展历程。

2005年,世所熟知的“西师”“西农”两校,皆源出于1906年创建之官立川东师范学堂,在各经百年发展后,又重新融合,合并组建为西南大学。在2016年迎来合并组建10周年暨办学110周年的历史节点。在这12年间,随着西南大学成为国家“211工程”建设高校,并获准为“985工程优势学科创新平台”,原来的两刊也变更为《西南大学学报》社会科学版和自然科学版,秉承“含弘光大 继往开来”的校训,以新的面貌继续发挥着

沟通西南大学与学界、业界的纽带与桥梁的作用。

两刊创立伊始,就以繁荣学术、发展科学文化事业、促进社会全面进步为宗旨。几代编辑同仁数十年如一日,在各自的学科领域内,孜孜矻矻,甘作嫁衣,以广交天下英才,提高办刊质量和学术水准,扩大期刊学术影响力,使之成为学界重要成果的主要发表平台为追求。以今视往,《西南大学学报》在政治与学术上的导向作用、优秀学术成果的推广作用、对外交流中的形象作用、对学术人才的扶持作用、反映本校教学科研水平的窗口作用日臻显著,也锻炼了一支业务精湛的学术型编辑队伍,得到学界和业界的高度认可。《西南大学学报》(社会科学版)是CSSCI(中文社会科学引文索引)来源期刊,被重庆市人民政府授予“第一届重庆出版政府奖”,获得“全国高校三十佳社科期刊”“全国高校精品社科期刊”称号,作为重庆市社会科学学术期刊界的代表性刊物,在全国同类学术期刊中位居前列。《西南大学学报》(自然科学版)近年来四次荣获“百种中国杰出学术期刊”称号,多次荣获“中国精品科技期刊”及“中国高校百佳科技期刊”称号。两刊多次被重庆市评为一级期刊,2012年以来各年度均获得重庆市重点学术期刊建设工程出版专项资金资助。总结和展示两刊60年来的办刊成绩以及组建后的西南大学办学成就,是我们编集本丛书的源起和初衷。

在2017年6月动议之时,本丛书只是基于《西南大学学报》(社会科学版)多年设立的几个主要栏目,精选历年高转载、高被引论文,分别编集系列专题论文集,即《马克思主义与哲学文集》《文学与中国侠文化文集》《教育学研究文集》《心理学研究文集》和《明清史研究文集》5种,拟入选论文100余篇,暂定名为“《西

南大学学报》(社会科学版)建设丛书”,共一百多万字,由西南师范大学出版社出版。

在社科版论文集的编纂过程中,我们一直希望涵容自然科学版刊发的高质量论文,使本丛书真正成为《西南大学学报》创刊60周年暨改版10周年的纪念文集。但因编选体例难于确定,这一想法一直悬而未决。10月底,国家科技部中国科学技术信息研究所发布“2017年中国科技论文统计结果”,知自然科学版第3次入选“中国精品科技期刊”,即“中国精品科技期刊顶尖学术论文(F5000)”项目来源期刊,又新入选3篇“‘领跑者5000’(F5000)中国精品科技期刊顶尖学术论文”(即各学科年度所发表论文中的前1%高被引论文)。至此,共有30多篇论文入选“领跑者5000”项目,既体现了自然科学版的学术影响力,也落实了文集编选体例,使《“领跑者5000”论文集》与前5种社科文集一起,共同构成《〈西南大学学报〉建设丛书》的完整面貌。

本丛书的编纂,固然是基于本刊同仁数十年来励志耕耘的心血,也有赖于西南大学领导、各院系及党政部门的大力支持,学界大批专家学者的信任,以及业界先进的指引,我们对此深怀感激。这次旧文新刊,就是一次总结性的汇报。“嚶其鸣矣,求其友声”!我们希望得到来自各方面的批评和指导,使我们能不忘初心,继续前进。

西南大学期刊社

2017年12月

上篇：人格心理、时间心理研究

- 003 压力、应对与幸福进取者 / 黄希庭
- 014 自我和谐与社会和谐
——构建和谐社会的心理学解读 / 王登峰, 黄希庭
- 027 小我争(护)面子与大我争面子导向之关系的探讨 / 王轶楠, 杨中芳
- 042 道德人格: 道德心理学研究的新主题 / 郭本禹, 王云强
- 053 人格变迁和变迁人格: 社会变迁视角下的人格研究 / 杨宜音
- 071 中国人身体自我的测量工具、影响因素与预测模型 / 陈 红
- 083 心理健康服务需要: 概念和评估方法
/ 杨 帅, 黄希庭, 李 琼, 苏 丹, 崔爱善
- 097 心理和谐: 心理健康教育的指导思想 / 林崇德
- 110 时间与幸福的关系: 基于跟金钱与幸福关系的比较 / 李继波, 黄希庭
- 124 道德判断的认知神经机制 / 罗跃嘉, 李万清, 彭家欣, 刘 超
- 136 非暴力的心理学研究: 历史、模型及展望 / 陈 巍, 潘 威, 黄家裕
- 152 公正世界信念对低社会阶层的双重作用 / 郭永玉, 周春燕
- 162 职场欺负行为研究中的文化差异性
——基于国家文化视角的分析 / 付美云, 马华维, 乐国安
- 176 阿斯伯格氏综合征儿童的特征和教育前景 / 高定国, 崔吉芳, 邹小兵
- 187 身份及其相关研究进展 / 吴小勇, 黄希庭, 毕重增, 苟 娜

- 201 西方的自主与中国的自立:概念比较 / 夏凌翔,黄希庭,吴 波
214 人格特质词汇学的美学审视 / 赵伶俐
228 时间维度上的自我评价 / 石 伟,黄 岗
241 价值观的新课题:文化变迁中的西南民族价值传承研究 / 郑 涌

下篇:发展心理学研究

- 251 执行功能和心理理论关系的发展研究 / 李 红,李一员
260 大学心理健康教育若干理论的探讨 / 张大均
275 文化与心理学关系的三种研究模式及其发展趋势 / 乐国安,纪海英
286 英国老年人心理健康服务体系的现状及启示 / 滕丽新,黄希庭,陈本友
300 亲子谈话和儿童心理理论获得与发展的关系 / 苏彦捷,覃婷立
312 当代大学生自强意识特点及影响因素研究 / 郑剑虹,黄希庭
319 小学教师关于理想学生形象的内隐观研究 / 彭文波,刘电芝
331 思维和学习领域中的元认知研究 / 张庆林,邱 江
345 转型期我国青少年性别角色取向的偏移与引领研究 / 刘电芝

后记

上
篇

——
人格心理、时间心理研究
——



压力、应对与幸福进取者

黄希庭

摘要:当个人面临压力时会有各种行为变化,这些变化取决于压力的程度和个体所处的情境。从本质上看,应对是个人在压力状态下的自我调节努力。文章分析了应对的本质及其结构以及当代大学生面临压力时的应对方式,并着重探讨了面临压力时幸福进取者在努力与放弃、乐观与悲观两个应对维度上的自我调节机制,目的是帮助和促进大学生们在学习、成才、实践成功人生的道路上有效地应对困难,成为幸福的进取者。

一、应对的本质与结构

人活在世界上遇到压力(stress)是无可避免的。无论是少年儿童、青壮年和老年人,无论在家庭里或是在学校和工作场所,人们都会遇到压力。有压力,就会有对压力的应对(coping)。人们对压力的应对十分复杂。不同的心理学家所给出的定义也不同。例如,Stone 和 Neale 把应对视为对付压力要求的有意识努力。^[1]这个定义反映了学院派心理学家的主张——应对是一种自觉处理压力的过程,不包含潜意识的防御机制。但是应对与防御同属于人类心理适应的方式,它们是紧密联系的,很难分开,况且当代心理学已经证明潜意识加工是存在的,潜意识的防御在消解情感冲突、提高自尊中扮演着重要的角色。看来,这种定义不够全面。Lazarus 和 Folkman 关于应对的定义很有影响力。他们认为应对是持续的认知和行为努力,以处理被个体认为超出了其个人资源的内部或外部任务,或者说,应对是包括认知和行

为的努力,用来管理心理压力的过程。^[2] Matheny 认为应对是任何预防、消除或减弱压力源的努力,无论是健康的或是不健康的、有意识的或潜意识的,这种努力也可能是以最小的痛苦方式对压力的影响加以忍受。^[3] Skinner 和 Wellborn 从动机的角度来加以界定,把应对定义为在心理压力状态下,人们如何控制其行为、情绪和动机的定向。^[4] 该定义与 Lazarus 和 Folkman (1984)的定义不同,在 Skinner 和 Wellborn 看来,应对应包括控制威胁以获得能力自主的有意反应和自发反应。Eisenberg 及其同事将应对定义为自我调节的一个方面,即应对特指个体面对压力时的自我调节,包括情绪调节和行为调节。他们认为应对不仅包含有意识的努力,也包括潜意识反应。^[5] Compas 等人把应对视为个体在面对压力事件和情境时,调节情绪、认知和行为的有意识的意志努力,而这些调节过程又依存于个体的生理、认知、社会和情绪的发展,并受它们的限制。^[6] 看来,应对是一个很宽泛的概念。从本质上看,应对是个人在压力状态下的自我调节努力,包括认知的、情绪的和动机的行为反应。这种自我调节的努力既可以是有意识的也可以是潜意识的,既有动态的也有静态的,既有健康的也有不健康的,既有现实的也有非现实的,既有有效的也有无效的。

压力不是一种全或无的现象。应对在本质上与其他行为没有什么区别。我们可以把应对看作一个反应系统来对它进行分析,即可以从多个维度来对它进行分析。例如,Lazarus 和 Folkman(1984)把应对分为问题取向应对和情绪取向应对,前者着眼于解决问题而后者则着重于缓解负面情绪。Weisz 等把应对分为原发控制应对(primary control coping)和继发控制应对(secondary control coping);前者系直接指向产生影响的客观事件、情境(如解决问题)或直接控制个人情绪(如调节情绪表达)的应对努力,而后者则包括适应环境的努力,主要包括接受或认知重构。Ebata 和 Moos 把应对分为趋向应对和回避应对;前者包括指向压力情境的认知(积极评估)和行为(直接行动)反应,而后者则包括不考虑压力源或努力回避面对压力情境的认知或逃避行为。还有把应对分为:自我取向应对和外部取向应对,认知应对和行为应对,主动应对和被动应对,有效应对和无效应对等。

除了二分法的之外还有三分法的。例如,将应对方式划分为评估取向(逻辑分析)、问题取向和情绪取向三个维度,或分为情绪取向、任务取向和

回避取向,或分为原发控制应对、继发控制应对和不应对(回避压力源和无情绪反应)等。也有根据因素分析得出的结果来加以归类的。例如,把应对方式归类为面对问题、自我控制、寻求信息支持、接受责任、认知重构、计划解决、灾难化、情绪宣泄、体育运动、接受、转移、远离、回避、自责、责备他人、愿望思维、幽默、压抑、退缩、听天由命、否认、使用酒精或药物、寻求社会支持、积聚资源、预先谋划、忍耐、祈求宗教等。

其实,我们研究压力与应对并对应对方式进行系统分析,目的是为了深入认识应对的本质,寻求有效应对压力的策略,使人们过上健康、幸福的生活。我们研究大学生的应对方式,其目的是帮助大学生的学习和成才,使他们实现其成功的精彩人生。

二、对大学生应对方式的调查

2002年我们曾对一些教师(主要是大学辅导员)做过访谈,结果发现,困扰大学生的主要问题是个人前途/就业、学习压力、经济问题、恋爱问题、人际关系问题。大一新生的入学适应是一个重要的问题。在应对方式上,低年级的学生比高年级的学生欠成熟,易走极端。他们在遇到困难时一般不会向教师求助。对学生的访谈发现,大学生们普遍认为生活中有很多不如意的事,但自认为大多能理智应对,很少采用极端的应对方式。根据对大学师生们的访谈和以往文献的分析,我们依据心理测量学原理编制了一个含9个因素(问题解决、求助、转移、忍耐、逃避、幻想、抱怨、压抑、退缩)共64个项目的大学生应对方式量表(见表1),并对976名大学生(中国青年政治学院、南京师范大学、河海大学、原西南师范大学、重庆大学、山东经济学院、河南大学、福建师范大学等高校学生)进行调查,要求他们用5个等级对自己进行评定。记分方法是“基本上都采用这种方式”记1分,“较多采用这种方式”记2分,“有时采用这种方式”记3分,“很少采用这种方式”记4分,“没有采用这种方式”记5分。也就是说,高分是表示较少采用该应对方式的,低分是表示较多采用该应对方式的。表1列出的是对这次调查数据的因素分析结果。

表 1 大学生应对方式问卷的探索性因素部分分析结果

题号	项 目	共同度	因素负荷
因素 1 抱怨(特征值为 8.408,贡献率为 14.497%)			
8	常想“这是真的就好了”	0.415	0.347
20	责备自己	0.449	0.408
24	向引起困难的人和事发脾气	0.402	0.542
29	埋怨命运不好	0.592	0.606
32	感到运气不好	0.478	0.571
36	责怪他人做得不好	0.438	0.597
44	认为这是生活对自己不公平的表现	0.516	0.640
52	抱怨外部环境不好	0.516	0.595
因素 2 转移(特征值 5.681,贡献率为 9.795%)			
7	想些高兴的事自我安慰	0.441	0.374
25	勤奋学习使我感觉会好些	0.403	0.350
31	把注意力转移到其他方面	0.538	0.717
37	做另一件有意义的事来忘掉它	0.527	0.715
47	做另一些自己喜欢做的事	0.379	0.532
53	投身其他活动寻找新寄托	0.434	0.607
因素 3 求助(特征值为 3.458,贡献率为 5.961%)			
2	找知心朋友倾诉	0.486	0.612
3	尽量与此问题有关的人讨论解决	0.344	0.522
9	向亲友求教解决问题的办法	0.390	0.573
26	请求他人帮助自己克服困难	0.417	0.603
33	与朋友一起讨论解决问题的办法	0.565	0.677
39	找他人征询意见	0.526	0.683
43	向有经验的师长求教解决问题的办法	0.435	0.512
63	从有相同经历的人那里寻求安慰	0.361	0.316
因素 4 问题解决(特征值为 2.279,贡献率为 3.929%)			
1	冷静思考好好对待	0.423	0.664
5	努力寻找解决问题的办法	0.389	0.520
6	相信失败只是暂时的	0.414	0.401*
10	敢于承担自己的责任	0.350	0.496
12	吸取经验去应付困难	0.487	0.699
14	以理智的方式解决问题	0.532	0.714
15	善于从失败中吸取教训	0.528	0.716
17	用平常心态去面对解决	0.441	0.473
19	把挫折视为磨练自己的良师	0.382	0.522

续表

题号	项目	共同度	因素负荷
因素4 问题解决(特征值为 2.279,贡献率为 3.929%)			
23	仔细分析问题,以便更好地认识它	0.506	0.672
28	反省自己的不足并努力改正	0.464	0.525
38	常想某个方面的失败并不等于人生的失败	0.370	0.322
46	采取切实可行的办法努力改变现状	0.498	0.522
因素5 退缩(特征值为 1.609,贡献率为 2.773%)			
40	蜷缩在床上睡大觉	0.366	0.427
42	自我惩罚	0.368	0.360
54	自我封闭	0.470	0.494
57	破罐子破摔	0.572	0.644
60	一蹶不振	0.616	0.698
62	根本就不想它	0.462	0.490
64	自我虐待	0.474	0.624
因素6 忍耐(特征值为 1.410,贡献率为 2.432%)			
48	自己会尽量忍一时之气	0.469	0.437
51	只有接受,自己加以调节	0.387	0.540
55	会从长远打算,暂时忍耐一下	0.454	0.524
34	不相信那些对自己不利的事	0.402	0.376
因素7 逃避/妥协因素(特征值为 1.396,贡献率为 2.407%)			
16	以无所谓的态度掩饰内心的感受	0.395	0.432
21	常想到顺其自然	0.404	0.600
27	得过且过,拖一天算一天	0.434	0.346
49	常想听天由命罢	0.431	0.420
因素8 幻想(特征值为 1.345,贡献率为 2.319%)			
11	爱幻想一些不现实的事来消除烦恼	0.489	0.539
56	想一些不切实际的想法	0.552	0.545
59	想象自己有克服困难的超人本领	0.569	0.772
61	幻想自己已经解决了面临的困难	0.620	0.736
因素9 压抑(特征值为 1.245,贡献率为 2.147%)			
4	一个人默默地忍受着心中的烦恼	0.589	0.689
18	压抑内心的愤怒与不满	0.501	0.653
22	从不向别人说,自己压抑在心中	0.547	0.601
35	不愿让人知道自己的遭遇	0.415	0.514