

大学生自信与成就动机的现况与干预^{*}

陶新华^{**1} 王椿阳²⁽¹⁾苏州大学苏南地区大学生心理健康研究中心, 苏州, 215006) ⁽²⁾鲁东大学心理与教育学院, 烟台, 264025)

摘 要 采用 PEI 问卷和成就动机量表对某大学三个选修课班级的大学生进行测试, 并探讨大学生心理健康教育对大学生的影响效果。结果发现: 1、男女大学生在 PEI 的“体育运动”和“外表”分量表上存在显著性差异; 来自农村与来自城市的大学生相比, 在 PEI “与人交谈”分量表上得分存在显著性差异。2、学期初, 实验班与对照班的大学生在 PEI 各分量表和成就动机各维度上不存在显著性差异; 学期末, 他们在 PEI 的“心境”、“学业表现”、“外表”分量表和成就动机“追求成功”维度上存在显著性差异。

关键词: 自信 成就动机 心理健康

1 前言

自信, 自我意识的重要成分, 个体由对自己能力、品格和力量等的肯定的评价而产生的信任自己的情感。作为一种个人素质, 是个体成长和成才不可缺少的。^[1]关于自信的研究近年来一直是心理学家们关注的一个热点。许多研究发现, 自信与自身学业成绩、成就动机、交际能力等存在相关, 例如 Erwin 和 Kelly^[2]研究发现大学生自信的增加与他们对自身学业成绩的满意度和职业目标之间存在相关, Reddy^[3]研究表明自信与实际名次和成就动机有关, Duran 和 Zahaki^[4]对交际能力的研究, 发现自信的增加与交际能力的实际变化有关^[5]。此外, 张晓文等研究发现, 大学生的心理健康状况与其主观的自我评价(自信的主观评价)存在不同程度的相关; 经济状况也是影响学生自我评价的一个重要因素, 除了在学业表现维度, 经济条件好的学生比贫困的学生自我评价高, 更为自信^[6]。

成就动机, 人类的一种社会性动机, 是指努力追求卓越, 以期达到更高目标的内在动力和心理倾向^[1]。McClelland 指出, 成就动机强的人对学习和工作都非常积极, 能够控制自己不受环境影响, 并且能善于利用时间^[7]。Atkinson 和 Brich 认为, 成就动机在意识上表现为对立的心理作用: 其一是追求成功, 即追求成功和由成功而带来的积极情感, 表现为趋向目标的行动; 其二为害怕失败, 即避免失败和由失败而带来的消极情感, 常表现为设法逃避成就活动, 避免预料到的失败结果。成就动机涉及两种不同情感间的冲突, 其强度等于追求成功倾向的强度减去避免失败倾向的强度^[8,9]。成就动机对于个人发展和社会进步都具有重要的作用, 它好像一架强大的“发动机”, 激励人们努力向上, 在前进道路上取得一个又一个成就。

近年来, 许多高校都把大学生心理健康教育课程纳入高等教育的课程体系, 并由专职的心理教师授课, 但是大学生心理健康教育课程内容如何设计, 心理健康教育的重点是什么, 以及心理健康教育实施效果如何, 一直以来都是一个盲点, 相关的实证性研究也较少。针对此方面的研究不足, 我

们开展了这项研究。本研究以某大学的三个选修课班级的大学生为被试, 调查研究不同背景变量的大学生自信与成就动机状况, 探讨自信与成就动机之间的关系, 了解大学生心理健康教育课程实施效果, 以寻找提高大学生心理健康素质的途径与方法。

2 方法

2.1 研究对象

本研究以某大学三个选修课班级的大学生为研究对象, 在研究中把“大学生心理健康与成功人生”选修课班级的大学生作为实验班, 进行心理健康教育干预; 另外两个普通的选修课班级的大学生合在一起, 作为“对照班”, 不进行心理健康教育干预。第一次调查研究共发放问卷共 252 份, 回收问卷 245 份, 有效问卷 241 份, 其中男生 103 人, 女生 137 人, 农村 163 人, 城市 73 人, 他们分别来自数学、计算机、机电、材料工程、文学、法律、体育、艺术等各专业。第二次调查研究共发放问卷 247 份, 有效问卷 235 份, 经过精确匹配后, 有效匹配问卷共 126 对, 实验班有 68 对, 对照班有 58 对。

2.2 研究工具

《个人评价问卷》(Personal Evaluation Inventory, PEI): 采用 Shrauger 在 1990 年设计, 经季益富等翻译修订而成, 测量内容为自信程度^[10]。量表共分为 6 个维度: 学业表现、体育运动、外表、爱情关系、社会相互作用及同人们交谈, 除了这些分量表之外, 还有一些条目是评定总体自信水平和有可能影响自信判断的心境状态。分别测量大学生在这六个维度上的不同表现, 该量表具有较好的信度^[11]。

《成就动机量表》(The Achievement Motive Scale, AMS): 由挪威 Oslo 大学心理学家 T. Gjesme 和 R. Nygard 1970 年编制, 中文修订版由叶敏仁修订。量表共 30 题, 分为两部分, 分别测定追求成功的动机 (MS) 和避免失败的动机 (Maf)。成就动机的得分由追求成功的动机减去避免失败的动机得分构成。量表采用 4 点记分, “3 表示完全正确”、“2 表示基本正确”、“1 表示有点正确”、“0 表示完全不正确”, 得分越高表明成就动机越强。其再测信度 0.77 ($p < 0.01$), 效度为

0.58($p<0.01$)^[8]。

2.3 课程内容与授课方式设计

本研究的干预课程“大学生心理健康与成功人生”，开设本课程的基本目标是帮助大学生更加了解和认识自己，增强追求成功的愿望，引导他们规划好自己的人生，努力成为一名不断取得成功的高素质大学生。授课内容设计和方法设计主要参考高等学校通识课程系列教材——《大学生与现代社会》^[12]，具体如下：

授课方法：本课程作为某大学的公共选修课程，其学生主要为一二年级的本科生，采取的授课方法是讲授法，同时呈现大量的图片资料，让同学参与讨论，已达成共识。

主要内容：第一，走向成功的基本理念：态度决定成功——首先要修炼态度；我是我认为的我——良好的积极的自我意识；不是不可能只是没有找到方法——成功皆有方法；山不过来我就过去——首先改变自己再图改变他人和社会；决心决定成功：天助自助者；太棒了——任何挫折都有教益。第二，心理健康辅导，主要包括人际交往能力培训、情绪情感的自我管理、心理健康与自我保健、自我生涯规划、大学生时间管理、大学生的学习策略和创新能力、大学生的社会适应、

大学生自我的闲暇生活辅导等。

2.4 研究程序

这项研究分别在2006年3月(学期初)和2006年6月底(学期末)两次分别对同一被试群体实施调查，且这两次调查均由经过专业训练的研究人员在大学生选修课上集体发放，集体回收，统一标准化指导语。在第二次调查研究结束之后，由于初步的研究结果与我们研究前的预期不符，于是我们以电子邮件的方式向参加本项研究的“实验班”的大学生进行了一次半结构化的问卷调查，调查内容为他们对本研究结果的理解；然后又从该班级中抽取10位同学进行了一次半结构化的问卷调查，之后，组织他们进行了一次无结构化访谈。

2.5 统计方法

本研究运用SPSS11.5 for Windows 进行描述统计、 t 检验等统计分析。

3 结果

3.1 不同背景变量的大学生在 PEI 与成就动机量表上的差异分析

表 1 背景不同的大学生在 PEI 问卷各分量表上的显著性检验 ($M \pm SD$)

		评定总体自信水平	心境	学业表现	体育运动	外表	爱情关系	社会相互作用	与人交谈
性别	男	17.80±2.58	19.83±3.95	19.71±3.19	13.77±3.78	18.69±3.89	17.80±3.44	19.05±3.22	19.19±4.13
	女	17.36±2.13	19.24±3.65	19.71±3.09	12.23±3.49	17.76±3.34	17.26±3.68	19.00±3.28	19.15±3.52
	t	1.42	1.19	0	3.25**	1.99*	1.16	0.11	0.1
城乡	农村	17.47±2.39	19.31±3.76	19.74±3.17	12.82±3.68	18.16±3.67	17.35±3.54	18.85±3.23	18.77±3.64
	城市	17.66±2.26	19.97±3.84	19.71±2.96	12.89±3.77	18.05±3.54	17.73±3.69	19.4±3.35	20.04±3.96
	t	-0.56	-1.25	0.07	-0.13	0.2	-0.74	-1.2	-2.42*

注：* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$ (下同)。

从表1中我们可以看出，不同性别的大学生在 PEI 的“外表”和“体育运动”两个分量表上存在显著性差异，男生得分均高于女生。来自农村的大学生在 PEI 的“与人交谈”分量表上的得分显著低于来自城市的大学生， $p<0.05$ 。经 t

检验知，不同性别、城乡不同(来自农村与来自城市)的大学生在成就动机量表上不存在显著性差异。

3.2 实验班和对照班大学生干预前后在 PEI 与成就动机量表各维度上的变化及差异检验

表 2 实验班与对照班大学生干预前后在 PEI 与成就动机量表各维度上的变化及差异性检验 ($M \pm SD$)

项目	学期初		学期末		①②	③④	①③	②④
	实验班①	对照班②	实验班③	对照班④	t	t	t	t
评定总体自信水平	7.21±2.40	17.57±2.18	16.87±2.36	17.34±1.82	-0.88	-1.25	1.1	0.78
心境	14.87±4.06	15.76±3.63	13.94±3.86	16.19±3.43	-1.29	-3.43**	1.74	-0.98
学业表现	14.74±3.15	15.71±3.16	13.88±3.25	15.50±3.09	-1.72	-2.85**	3.27***	0.52
体育运动	12.03±4.11	12.33±3.54	11.24±3.51	12.22±3.40	-0.43	-1.6	3.09**	0.34
外表	16.41±3.78	17.29±4.39	15.21±3.19	16.91±3.54	-1.21	-2.85**	3.67***	0.75
爱情关系	17.63±3.61	17.21±3.52	16.10±4.05	17.09±3.49	0.67	-1.45	3.94***	0.33
社会相互作用	16.63±3.45	15.86±3.26	15.54±3.63	15.55±3.15	1.28	-0.01	3.52**	1.32
与人交谈	16.51±4.17	15.22±3.83	15.09±3.58	15.24±3.38	1.8	-0.25	3.34**	-0.06
追求成功	25.91±7.72	25.05±6.66	27.15±7.10	24.16±6.76	0.66	2.41*	-1.56	1.26
避免失败	17.57±8.53	17.60±7.78	17.04±8.65	18.09±6.33	-0.02	-0.78	0.63	-0.5
成就动机	8.34±13.49	7.45±11.57	10.10±13.68	6.07±10.17	0.39	1.89	-1.36	1.07

从表2中可以看出：实验班与对照班之间进行比较，在学期初，实验班大学生与对照班大学生在 PEI 各分量表与成就动机量表各个维度上不存在显著差异。在学期末，实验班的大学生在 PEI 表的“心境”“学业表现”“外表”三个分量表上的得分非常显著低于对照班的大学生的得分 ($p<0.01$)，而在成就动机量表的“追求成功的动机”维度上实验

班大学生的分数显著高于对照班的大学生 ($p<0.05$)。

3.3 对实验班大学生进行半结构化调查和无结构化访谈

由于第二次研究结果与我们的预期有些不符，为了更加深入地了解实验班大学生自信心降低的原因，我们在学期末(调查研究的学期)，以电子邮件的方式对实验班的大学生进行了一次半结构化的问卷调查。之后，我们再次从该班级中

抽取 10 位同学进行了一次半结构化的问卷调查。针对问卷调查只能了解被调查者的部分信息,难以了解对访谈者的表情、语调、体态语言等方面信息的缺点,研究者在对 10 位大学生进行问卷调查之后,继续对他们进行了一次无结构化访谈,访谈内容主要围绕他们对本次研究结果的看法。最终将两次半结构化问卷调查结果和无结构化访谈结果作为本研究讨论部分参考资料。

4 讨论

4.1 不同背景变量的大学生的自信与成就动机状况

本研究发现,男大学生相对于女大学生在体育运动方面显得更加自信一些,他们更加热衷于参加体育运动,并且对自己的运动技能更为自信。这正如我们平时看到的那样,在运动场上多为男大学生的身影,而女大学生常常是以“观众”的身份出现。可能是由于对体育运动的参与程度导致了女大学生对自己的运动技能不是很自信。

在“外表”分量表上,男女大学生也存在显著性差异。造成这种现象的原因是多方面的,一方面,由于外表是展示女性魅力的一个非常重要的方面,相应地社会对女性外表的关注程度也相对高于男性;另一个方面,现在大学生大多开始进入青年期,此时他们(尤其是女大学生)对自己的外表开始显得尤为关注,加之受到社会风气的影响,有些女大学生对自身外表要求比较“苛刻”,常表现出对自己身材不满意,总认为“如果自己更瘦一些,那会是更加漂亮”,这种对外表的过分关注和要求使得她们对自己外表显得不是那么自信。

本次调查发现,家庭来自城市的大学生相对于来自农村的大学生,在对自己在公共场合讲话以及当众讲话能够清楚地表达自己的看法方面表现得更为自信。这可能由于家庭来自于农村的大学生在经济状况方面稍差于来自城市的大学生,造成了他们在与人交谈方面不是很自信。本研究结果与张晓文等人^[6](2000)研究发现“中高经济收入的学生在与他人交谈方面的自我评价明显优于贫困生”的结论基本相符。这一研究结果也带给我们一个启示:在当代大学生心理健康教育过程中,需要关注家庭来自农村的大学生在“与人交谈”方面的自信,加强其社会交际能力和人际沟通能力的培养,增强他们的自信心。

4.2 干预前后大学生自信与成就动机的变化情况

干预前,实验班与对照班在追求成功的动机上不存在显著性差异;干预后,二者出现了显著性差异,实验班的大学生得分显著高于对照班的大学生。早年 D·C·麦克里兰对企业家进行了训练,结果证实人的成就动机是可以提高的^[1],本研究的研究结果在一定程度上验证了这一结论。通过访谈我们了解到,大学生在挤过了高考这座独木桥之后,面对大学这个广阔的舞台,他们开始有点无所适从,面对身边如此多的优秀同学,他们的自信心也受到很大挑战。他们也曾有过远大的抱负,但是它们大多是比较遥远的,此时他们的成就动机不高,追求成功的愿望也不是特别强烈。当接受了心理健康课中的成功教育和职业生涯辅导之后,他们说自己对未来的发展方向有了一个明确的规划,找到了近期和远期目标。这说明成功教育与职业生涯辅导对于促进大学生健康成长和提高成就动机方面存在一定的积极作用。

本研究中发现,实验班大学生对自信的主观评价,干预后较干预前有所下降,针对这种现象我们认为:一方面,该研究的一项重要内容是帮助大学生更加了解和认识自己。实验班的大学生通过课堂的学习和训练之后,学会了如何更好地认识和了解自己,他们在发现自己优点的同时,更多地看到了自身的许多不足,与他们从前没有深入了解自己之前相比,觉得自己没有以前那样“完美”,导致了自信心的下降。另一个方面,在干预之后,实验班的大学生追求成功的动机相对提高了,追求成功动机的提高表明他们变得更乐于追求成功,从事更有挑战性的事情,但是在他们追求更高目标的初期,不可避免地会遇到各种各样的困难,体验到现实与理想之间的差距,造成了他们自信的主观评价暂时降低的现象。

5 结论

5.1 性别不同的大学生在个人评价“体育运动”和“外表”分量表上得分存在显著性差异。

5.2 来自农村与来自城市的大学生在个人评价“与人交谈”分量表上得分存在显著性差异。

5.3 学期初实验班与对照班的大学生在个人评价各分量表和成就动机各维度上不存在显著性差异,学期末他们在个人评价的“心境”、“学业表现”、“外表”分量表和成就动机的“追求成功动机”维度上存在显著性差异。

5.4 高等院校中开设心理健康教育课程是必不可少的,但不可只有这一种形式。

6 参考文献

- 1 林崇德,杨治良,黄希庭主编.心理学大辞典.上海:上海教育出版社,2003:1779—1780,128—129
- 2 Erwin T D, Kelly K. Changes in students self-confidence in college. *Journal of College Students Personnel*, 1985, 26: 395—400
- 3 Reddy M S. Study of self-confidence and achievement motivation in relation to academic achievement. *Journal of Psychology Research*, 1983, 27: 87—91
- 4 Duran, R. L. & Zakahi, W. R. Competence or style: What's in a name? *Community Research Report*, 1984, 1: 42—47
- 5 车丽萍.大学生自信与成就动机、综合测评成绩的相关研究. *心理科学*, 2004, 27(1): 51—54
- 6 张晓文,吴胜红.大学生心理健康状况与家庭收入及自我评价的相关性研究. *南京化工大学学报(哲学社会科学版)*, 2000, 3(1): 75—78
- 7 叶奕乾,何存道等主编.普通心理学(第1版).上海:华东师范大学出版社,1997:462—463
- 8 陈俊,张积家.中学生成就动机与成功恐惧的研究. *心理科学*, 2003, 26(1): 107—110
- 9 Atkinson J, Birch D. *An introduction to motivation*. New York: Van Nostrand, 1964
- 10 季益富,于欣. PEI 问卷,心理卫生评定量表手册. *中国心理卫生杂志(增订版)*, 1999: 326—328
- 11 古玉,谭小宏.大学生时间管理倾向与自信的相关研究. *西南师范大学学报(人文社会科学版)*, 2004, 30(4): 51—53
- 12 朱永新、陶新华等著. *大学生与现代社会(第1版)*. 北京:高等教育出版社,2004

个极少出现社会动荡和战乱、宁静而又美丽的瑞士度过的。平静而又深邃、湛蓝的康斯坦斯湖和雄伟、银装素裹的阿尔比斯山，成为了生性敏感、脆弱、易受伤害的荣格心灵的另一面，也就是他自称的自己“第二人格”的避难所，使“他远离人世，但接近自然、大地、太阳、月亮、天地和万物”，自然界中的和谐和美一定深深感染了他。对东方古老文化的兴趣，在一定程度上又强化了他内心深处的这种和谐美的体验。他的心理学主要是对深度心灵的观照，这在他的学术理念中明显地体现了出来。人类心灵中那些令人焦虑不安的，甚至丑恶的东西，要么消隐在人格面具之后，要么通过自性——“我们心中的上帝”得到了超越，与自己的对立面，即宁静和美好达到了平衡和统一，而人的心灵最终也归于平静，获得了秩序。平静与秩序是和谐的前提，也是美的核心形式。因此，我们在荣格那里发现了一个和谐的心灵，从根本意义上讲，也是富于美感的心灵。

如果说荣格看出了人的心灵的混乱与紧张，那么，荣格则发现了其中的和谐，这二者之间不但有着学理的逻辑，而且也包含着心灵本身发展的必然，即从无序到有序。前者的意思是，荣格作为荣格的“反叛”弟子，面临着两种可能，一是在一定程度继承他的基本理念，二是要对它的

某些理论加以批判、发展和革新。这两种可能在荣格那里都成了现实。他继承了荣格的潜意识理念，但是批判了他的泛性论，指出性只是人的全部内驱力的一个组成部分，并非驱力的全部；在荣格个人潜意识的基础上，提出了集体潜意识，这是对荣格理论的发展。至于他的革新，表现之一是他把荣格的矛盾的、紧张的心灵赋予了东方美学的色彩，从而使心灵在理论上达到了一个完满而和谐的理想境界。

5 参考文献

1 张法· 美学导论· 北京：中国人民大学出版社，1999；89
2 高尔太· 论美· 兰州：甘肃人民出版社，1982；158
3 C. C. Jung. The Structure and Dynamics of the Psyche. Princeton, 1969,520
4 荣格· 人类及其象征· 沈阳：辽宁教育出版社，1988；219—220
5 转引自拉· 莫阿卡宁著，江亦丽，罗照辉译· 荣格心理学与藏传佛教· 北京：商务印书馆，1999；45
6 蒋孔阳· 美学新论· 北京：人民文学出版社，2006；407
7 拉· 莫阿卡宁著，江亦丽，罗照辉译· 荣格心理学与藏传佛教· 北京：商务印书馆，1999；63
8 张法· 美学导论· 北京：中国人民大学出版社，1999；129—131

The Implication of Oriental Cultures in Jung’s Psychology

Zheng Rongshuang^{1,2}, Che Wenbo³

(¹ Mobile Center for Post-doctoral Research, Nanjin Normal University, 210097)
(² Department of Psychology, Zhanjiang Normal College, Zhanjiang, 524048)
(³ Academy of Philosophy and Sociology, Jilin University, Changchun, 130022)

Abstract Based on the theory of Jung’s psychology and the oriental patterns of beauty, this paper analyzed the implication of oriental culture in Jung’s psychology, and pointed out that the theory of Jung’s psychology bears traditional Indian and Chinese aesthetical characteristics, from which Jung found ancient images of the soul and explained the relationship among archetypes with the aesthetical principles of complement and harmony.
Key words: Jung, harmonious soul, eastern culture, eastern aesthetical model

(上接第 247 页)

A Study on College Students’ Self-confidence and Achievement Motive

Tao Xinhua¹, Wang Chunyang²

(¹ Mental Health Research Center for Students in Sunan District, Soochow University, Suzhou, 215021)
(² College of Psychology and Education, Ludong University, Yantai, 264025)

Abstract In this study the Personal Evaluation Inventory (PEI) and Achievement Motive Scale (AMS) were used to investigate students at a university. The results showed that male college students were more confident than female students from the perspectives of sports and their appearance; college students from cities were more confident than students from the countryside in terms of conversation. The results also showed that there was no significant difference between the experimental group and the control group on the scales of PEI and AMS at the beginning of a semester, but at the end of it, there existed significant differences in some part scales, such as frame of mind, academic achievement and appearance of PEI and the dimension of pursuing success of AMS.
Key words: self-confidence, achievement motive, mental health