

The Research on the Relationship between the College Students' Parenting Style and Self-Confidence

Panpan Yang, Weihong Wang

School of Psychology, Southwest University, Chongqing
Email: 1129643188@qq.com, wangwh@swu.edu.cn

Received: Dec. 16th, 2015; accepted: Jan. 4th, 2016; published: Jan. 7th, 2016

Copyright © 2016 by authors and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Self-confidence is a very important psychological quality, this paper adopts a Parenting Style scale and Rosenberg self-esteem scale in Xi'an investigation among college students, and tries to explore the relationship between the different ways of family education and the self-confidence, and to explore a good way of family nurture to set up and cultivate students' self-confidence.

Keywords

Self-Confidence, Parenting Style

大学生家庭教养方式与自信心的关系研究

杨盼盼, 王卫红

西南大学心理学部, 重庆
Email: 1129643188@qq.com, wangwh@swu.edu.cn

收稿日期: 2015年12月16日; 录用日期: 2016年1月4日; 发布日期: 2016年1月7日

摘要

自信心是一项非常重要的心理品质, 本文通过采用家庭教养方式量表和罗森伯格自信心量表对西安在校

大学生进行调查, 试图探讨不同家庭教养方式与自信心之间的关系, 并探讨通过建立良好的家庭教养方式来树立和培养大学生的自信心。

关键词

自信心, 教养方式

1. 引言

自信心是指一个人对自己力量的充分估计, 是个体对自身成功应付特定情境的能力的估计。它也是自我意识的重要成分, 是一种良好的心理品质, 是一种积极的自我评价。具体表现为喜欢自己, 肯定自己, 接纳自己的优缺点, 并且相信自己。有研究表明自信心水平与心理健康水平呈紧密相关(吴春文, 2010)。自信心作为心理素质的重要组成部分也是非智力因素的重要组成部分, 它对激发大学生的意志力, 充分发挥大学生的智力因素和大学生取得成功有很大影响(佟燕燕, 2007)。

自信这一人格特质受各种因素的影响, 而家庭教养方式就是其主要影响因素之一。家庭教养方式反映了亲子互动的性质, 是家庭中父母对子女采取的教育态度和方法。家庭教养方式反映了亲子互动的性质, 是家庭中父母对子女采取的教育态度和方法。顾明远等人认为家庭教养方式有广义和狭义之分: 广义的家庭教养是指家庭成员之间相互实施的一种教育, 狭义的家庭教育是由家长(主要是父母)对其子女及其他年幼者实施的教育(邹玉龙, 2011)。总体上可将父母教养方式定义为父母的教养观念、行为、态度及其对子女情感的一种组合形式, 它具有跨情景的稳定性, 能反映亲子交往的实质。不同的学者把家庭教养方式分成了不同的类型。我国大陆有的学者将家庭教养方式表述为拒绝型、严厉型、溺爱型、期待型、分歧型等(关颖, 1994)。鲍德温将其划分为情感温暖—敌意、依恋—干涉两个维度。鲍姆林德把教养方式分为权威型, 宽容型和专制型。他的研究进一步表明儿童个性的形成并非由父母的某个行为维度决定, 而是受到父母整个行为模式的影响。

本文针对大学生的自信心与其家庭教养方式展开调查, 从而验证其自信心的强弱与父母教养方式到底有无相关, 父母在教养方式上的不同对大学生自信心又有着怎样的影响, 另外再探讨何种教养方式更有利于提高个体的自信心水平。

2. 研究方法

2.1. 被试

本文以西安五所高校学生(其中一本学校一所, 二本学校四所)350 名为被试, 有效被试为 300 名, 其中, 男生 132 人, 女生 168 人, 生源地为城市的有 213 人, 农村的有 87 人。平均年龄 22.2 岁。

2.2. 研究工具

2.2.1. 罗森伯格的自信心量表

罗森伯格的自信心量表(Rosenberg Self-Esteem Scale), 由美国心理学家罗森伯格制订, 它是世界上最常用的测量个人自信心的量表。该量表由 Rosenberg 于 1965 年编制, 作为单维测验量表已经得到广泛的应用, 且已成为评价其他新测验的校标(汪向东等, 1993), SES 内部一致性信度 α 系数为 0.819。它共有 10 个测题, 以四级评分, 1 代表“很不同意”, 2 代表“同意”, 3 代表“同意”, 4 代表“很同意”。得分在 10~40 分之间。得分分为四个等级。10~15 分为自卑者, 16~25 分为自我感觉平常者, 26~35 分为自

者, 36~40 分为超级自信者。

2.2.2. 家庭教养方式量表(EMBU)

家庭教养方式量表(Egma Minnen av Bardndosnauppforstran, EMBU, 1990), 本量表共 66 题, 包括父亲养育方式的 6 个因子, 父亲情感温暖理解, 父亲惩罚严厉, 父亲过分干涉, 父亲偏爱被试, 父亲拒绝否认, 父亲过度保护; 母亲教养方式的 5 个因子, 母亲情感温暖理解, 母亲过度干涉保护, 母亲拒绝否认, 母亲严厉惩罚, 母亲偏爱被试。具体调查是由被试者凭借记忆印象对父母的教养方式分别进行(1~4 分)4 点评分。该量表含父亲分量表 6 个, 由 58 个条目组成, 母亲分量表 5 个, 由 57 个条目组成, 用以了解家庭中父母的教养方式。1993 年由岳冬梅修订出中文版(岳冬梅, 1993)。各分量表的同质性信度系数在 0.88~0.46, 分半信度系数在 0.50~0.91 之间。

2.3. 施测方式

由本人来担任主试, 给被试说明填写方式并予以知道, 提醒他们认真作答。在确认所有人都明白后进行填写, 并给与充分的作答时间。

2.4. 数据的处理和统计

所得数据应用 SPSS17.0 软件进行统计处理。

3. 研究结果

3.1. 大学生自信心水平分析。

3.1.1. 大学生自信心的结果分析

表 1 结果表明, 有 1.2% 的大学生属于自信心超强者, 40% 的大学生属于自信心较强, 21% 属于自信心中等水平, 18% 属于自信心较弱的水平。证明了确实有一部分大学生自信心水平不足。

(1) 不同性别的大学生自信心结果分析

经独立样本 t 检验, 男生和女生的自信心得分有显著性差异, 表明男生自信心水平显著高于女生(见表 2)。

(2) 对不同性别的大学生在家庭教养方式各个因子上的比较。

由表 3 可知, 在父亲情感温暖理解, 母亲偏爱被试两个因子上女生得分显著高于男生得分。在父亲严厉惩罚, 父亲过分干涉, 母亲过度保护干涉, 母亲拒绝否认和母亲严厉惩罚几个因子上, 男生得分显著高于女生得分, 且差异显著。

(3) 大学生自信心与家庭教养方式的相关分析

a) 对各个因子与自信心作相关分析

表 4 数据反映了大学生家庭教养方式与自信心之间的关系。由表 4 得知大学生的自信心得分与父亲情感温暖理解, 母亲的情感温暖理解两个因子在 0.05 水平上成非常显著正相关, 与父亲的拒绝否, 母亲的拒绝否认成正相关。与父亲的惩罚严厉, 母亲的严厉惩罚, 父亲的拒绝否认, 母亲拒绝否认成正相关。与母亲的偏爱被试, 母亲偏爱被试成正相关, 这点与其他研究结果不一致。

b) 大学生家庭教养方式对自信心的回归分析

通过前面的相关分析中, 研究发现家庭教养方式与自信心相关显著, 为了进一步探讨母亲温暖理解对自信心的影响作用, 以母亲温暖理解为自变量, 自信心为因变量, 运用 ENTER 法, 进行多元回归分析。

经过分析, 结果显示, 只有母亲温暖理解因子进入回归方程, 如表 5。回归分析显示, 母亲情感温暖理解因子对大学生自信心有着显著预测作用。

(4) 经过事后检验, 自信心强弱水平在这两个因子上差异均达到显著水平, 自信心强与中等水平在父

Table 1. Analysis of college student' self-confidence

表 1. 大学生自信心等级分布

等级	自信心超强	自信心强	自信心中等	自信心弱
比例	1.2%	60%	21%	18%

Table 2. Confidence score of college students in different genders

表 2. 不同性别大学生的自信心得分

性别	自信得分
男生	27.75 ± 15.9
女生	24.22 ± 17.9
t 值	-1.58

Table 3. Differences analysis in college students' self-confidence and family upbringing

表 3. 大学生自信心和家庭教养方式的差异比较(M ± SD)

组别	父情感温暖理解	父严厉惩罚	父过分干涉	父偏爱被试	父否认拒绝	父过分保护
男	52.27 ± 66.75	19.13 ± 48.28	21.73 ± 15.377	11.44 ± 7.96	11.35 ± 16.51	11.30 ± 8.79
女	59.31 ± 7.478	16.66 ± 25.05	20.68 ± 13.39	11.75 ± 9.79	9.34 ± 6.47	10.96 ± 5.79
t	-0.59*	2.057*	1.39*	-0.47	2.98	0.67

组别	母亲情感温暖理解	母亲过度保护干涉	母亲拒绝否认	母亲严厉惩罚	母亲偏爱被试
男	58.32 ± 92.14	37.76 ± 45.70	14.92 ± 24.14	15.44 ± 30.30	11.57 ± 6.91
女	58.04 ± 69.10	35.16 ± 36.75	12.38 ± 14.77	12.04 ± 12.18	13.23 ± 17.08
t	0.15	2.025*	2.876*	3.685*	-2.00*

注: * $p < 0.05$, $p < 0.01$ 。

Table 4. Correlation analysis of college students' self-confidence and parenting style

表 4. 大学生家庭教养方式各因子与自信心关系的相关分析(r)

家庭教养方式	相关系数
父亲的情感温暖理解	0.301**
父亲的严厉惩罚	-0.123
父亲的过分干涉	-0.065
父亲的偏爱被试	0.069
父亲的拒绝否认	0.182
父亲的过度保护	-0.156
母亲的感情温暖理解	0.386**
母亲的过度干涉	0.049
母亲的拒绝否认	0.207
母亲的严厉惩罚	-0.163
母亲的偏爱被试	0.017

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ 。

亲温暖理解, 母亲温暖理解两个因子上均达到显著水平。

(5) 由表 6 得出: 在偏爱被试因子上, 父母教养方式不存在显著差别。而在情感温暖理解, 过分干涉,

Table 5. The regression analysis of college students' self-confidence and family parenting style
表 5. 家庭教养方式对自信心的回归分析

自变量	标准化回归系数 β	变量多元相关系数 R	决定系数 R^2	增加解释量 ΔR^2	F
母亲情感温暖理解	0.169	0.296	0.149	0.140	15.7

Table 6. Differences analysis in college students' family parenting style
表 6. 父母教养方式中相同因子得分比较

家庭教养方式	t
情感温暖理解	0.02
严厉惩罚	0.00
过分干涉保护	0.01
偏爱被试	0.73
拒绝否认	0.01

注: $p < 0.05$ 表示差异显著, $p < 0.01$ 表示差异非常显著。

拒绝否认和过度干涉四个因子上的差异有统计学意义。母亲比父亲更容易表现出温暖理解, 偏爱被试, 干涉, 过度保护和拒绝否认。

4. 分析与讨论

4.1. 自信心水平概况

大部分大学生的自信心水平处于中等水平, 极少数处于两级状态, 即不自信者和超级自信者。表明大部分大学生自信心水平良好, 一部分大学生确实存在自信心不足的问题。

大学生中存在自信心不足的问题, 此原因可能是:

(1) 归因方式不当。归因是人们在体验成功和失败时, 从结果寻找内在动力因素。部分不自信的大学生常内归因, 把失败归因于自身的能力, 这样会更加怀疑自己。而成功的原因归于外在的因素, 而不是自身因素, 把失败的原因归因于内在因素, 这样会削弱大学生的自信心。

(2) 家庭教育方式不当。父母对孩子的态度和评价都会直接影响子女的自我评价, 从而影响自信心的形成。

(3) 对自己有过高的期望。部分大学生对自己要求过高, 目标定的太高太远, 然而现实却并非如自己这预期, 这样容易在现实中受挫, 会觉得自己一无是处, 拒绝接纳自己。

(4) 自我评价不客观。缺乏自信的大学生, 往往对自我的评价是消极的, 往往只看见自身的缺点, 并无限扩大, 长久下来, 会影响自信心的发展。

4.2. 不同性别的大学生的自信心存在差异

不同性别的大学生的自信心存在差异, 男生自信水平在一定程度上高于女生。其原因有: 第一, 男性有虚荣心, 容易高估自己的实力; 第二, 中国文化背景下, 仍存在着严重的重男轻女思想, 男女两性在社会化过程中存在着相当大的差异。有国内研究者认为是社会重男轻女意识和学校教育的性别偏差阻碍了女性自信的发展(车丽萍, 2002a, b), 第三, 两性生理差别则使女生在运动方面不及男生优秀, 因而自信心也不及男生(张志君, 2011)。

4.3. 大学生父母的教养方式在各个因子上存在性别差异。

在对父母的情感温暖理解因子上, 男女得分存在显著差异, 女生高于男生。原因可能在于: 其一,

异性父母会比同性父母对待子女更温柔, 更疼爱; 其二, 传统观念认为女生比男生更温顺, 比较脆弱, 所以父亲对待女孩比男孩更包容, 温柔, 更温暖。其三, 社会对女孩的要求相对男孩较低, 父母则希望男孩能做成大事, 所以父母更更能理解包容女孩。

4.4. 大学生的自信心水平与父母教养方式成显著相关。

- (1) 父母的情感温暖理解指数高, 孩子的自信心水平高。
- (2) 在拒绝否认, 惩罚严厉两个因子得分高, 自信心水平偏低。

(3) 通过对家庭教养方式的数据分析, 由表 6 可知, 除了偏爱被试因子, 父母在其它因子的得分上存在显著差异, 即父母的教养方式存在差异。母亲对待子女较父亲更为慈祥, 关怀, 理解和保护, 而父亲对待子女的更为严厉, 民主。这与男女两性表达情感的方式和个性有一定的关系, 女性表达感情更为直接, 而男性在表达感情方面更为木讷和内敛。

(4) 在表 4 的结果中, 自信心得分与母亲偏爱被试, 父亲偏爱被试成正相关, 与其它一下研究结论不一致。这一点, 可能与问卷此因子的答题率有关, 导致结果偏差。

上述发现与 Nielson & Matha、Kawas 等人的研究结论有较大的一致性(Nielson et al., 1994)。总之, 在家庭中如果父母采取不良的教养方式越多, 向子女表达的负性情绪越多, 学生的自信心水平也越低。而积极的家庭教养方式有利于大学生的自信心培养。所以改变不良的家庭教养方式是提高青少年自信心水平的最佳途径之一。

5. 应对策略及建议

5.1. 大学生自我教育方面的途径

(1) 要正确地认识自己、悦纳自己、提高自我评价(于天红, 2003)。要改变自卑心态, 首先必须要改变原来对自己的片面的认识, 要从多角度、多侧面地客观公正地评价自己。应该认识自己的长处, 肯定自己的成绩。其次要积极地悦纳自己、肯定自己、要接受现在的自己, 接受自己的长处和短处。

(2) 进行积极地自我暗示。积极的自我暗示是一种积极的自我刺激过程, 它能最大限度地激励人们的积极性。自信要从喜欢自己开始, 做到喜欢自己, 要用积极地心理暗示, 如凡事都用“我能行”、“我一定行”等来鼓励自己。喜欢自己就会保持有良好的情绪状态, 就有积极的心态和良好的心境, 就能拥有自信和力量。

(3) 进行归因训练。同样一件事情, 由于归因不同对个体的影响也不同。对成功的事情, 如果把它归因于自身以外的因素, 如运气等, 那么即是成功也很难提升个体的自信心; 而对于失败, 若总是把失败归因于内在因素, 如能力等, 那么自信心水平必然削弱。归因模式是可以改变的。大学生自己要学者分析自己成败的原因, 进行积极地归因、客观的自我评价来增强自己的自信心。

(4) 在实践中锻炼自己的能力。自信来源于能力, 能力来自实践(刘瑞敏, 李志霞, 2010)。大学生的腼腆和胆怯的心理, 主要是在与人交往的公开场合中表现出来的, 而克服这种心理也必须将自己置身于这种环境之中, 在与他人的交往中, 去证明自己。所以积极地参加各种活动, 通过参与各种实践活动, 在实践中得到锻炼和提升, 有利于自信心的培养。

5.2. 家庭教养方面的途径

- (1) 选择有利于培养子女自信心的父母教养方式。

第一, 父母应该经常给予子女温暖和理解, 常说一些鼓励的话, 如“我相信你可以的”或“你一定可以做好的”之类的话。

第二, 要宽容子女的过错, 让子女感受到来自家庭的信任, 支持, 关怀和温暖。

第三, 给予子女更多的自由, 特别是给予子女更多的选择, 多让子女为自己的人生作选择。

第四, 要用客观和全新的眼光来看待子女, 不要总是纠结于子女过去的错误上, 人都是会有改变的。

第五, 父母不应该过分地干预子女的生活和选择, 父母应该作为引导者给予子女更多自由发挥的空间去体验生活, 探索自己的人生。

(2) 改变父母的教育理念和教育方法。父母要改变过去“打是亲骂是爱”和“不打不成器”这样不正确的教育观念, 这种观点对子女的自信水平和人格的形成有着消极的影响。父母应该学习和掌握新的教育理念和教育方法。父母应该以尊重、真诚和悦纳的态度来对待自己的子女, 平等的对待子女, 把他们当做和自己一样的成人来看待。

(3) 在生活中注意使子女都获得成功的体验。人的个性存在着差异, 每个人所擅长的有所不同, 每个人的成功目标也是不同而且是多样的。在教育中要让子女获得成功的体验。获得成功体验的人一般会感到愉快, 振奋, 有利于形成良好的人格。有一些子女有自己优势的地方被父母遗忘, 当他们收到父母的关怀和肯定时, 就会充满了成功的喜悦, 甚至会由此改变了一个人的精神面貌。

(4) 树立正确的榜样。根据班都拉的社会学习理论, 人们能够通过观察他人的行为而获得间接的经验。人们大部分的知识经验都是通过间接经验获得的。当个体看到与自己有类似特征的榜样获得成功时, 就会增强其自信心。而且父母是孩子的第一任老师, 因此, 父母应该重视榜样对大学生自信心的作用, 父母应该起好榜样的作用, 通过正确和充满自信的做法会感染子女, 在日常生活中父母做事坚定自信不犹豫, 子女也会敬佩父母, 向父母学习。

参考文献 (References)

车丽萍(2002a). 国外关于自信的研究综述. *心理学科学进展*, 12, 418-424.

车丽萍(2002b). *当代大学生自信特点研究*. 博士论文, 西南师范大学, 重庆.

关颖(1994). 家庭教育方式与儿童社会化. *天津社会科学*, 4, 107-110.

刘瑞敏, 李志霞(2010). 培养大学生自信心途径. *齐齐哈尔大学学报(哲学社会科学版)*, 3, 60-61.

佟燕燕(2007). 大学生自信心及其培养. *内蒙古师范大学学报*, 12, 60-61.

汪向东, 委益富, 于欣(1993). 自信信心量表. *心理卫生评定量表手册*, 251-252.

于天红(2003). 大学生自卑心理成因及其自信心培养. *吉林工程技术师范学院学报*, 10, 46-47.

岳冬梅(1993). 父母教育方式评定量表心理卫生评定量表手册. 122-129.

张志君(2001). 大学生自信心与家庭教养方式的相关性分析. *安康学院院报*, 4, 27-30.

邹玉龙(2011). 家庭教养方式研究综述. *赤峰学院院报*, 1, 145-146.

Nielson D. M., Metha (1994). Parental Behavior and Adolescent Self-Esteem in Elinnieal and None Lineal Group. 525-542.