

# A Correlation Study among General Self-Efficacy, Self Consistency and Congruence and Coping Styles in College Students

Chunli Wei, Hong Chen\*, Wei Wang, Lu Meng, Ting Yang

School of Psychology, Southwest University, Chongqing  
Email: [\\*chenhg@swu.edu.cn](mailto:chenhg@swu.edu.cn)

Received: Nov. 3<sup>rd</sup>, 2014; revised: Nov. 18<sup>th</sup>, 2014; accepted: Nov. 28<sup>th</sup>, 2014

Copyright © 2014 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

**Objective:** To explore college student's characteristics of general self-efficacy, self consistency and congruence and coping styles, and the relations among the three variables. **Method:** 272 college students were evaluated with General Self-Efficacy Scale (GSES), self consistency and congruence scale (SCCS) and simplified coping style questionnaire (SCSQ). **Results:** (1) College students' general self-efficacy, self consistency and congruence and coping styles are in the medium level; (2) There were significant differences between different genders in general self-efficacy ( $t = 4.30, p < 0.01$ ) and self stereotyping ( $t = 3.60, p < 0.01$ ); there are significant differences between liberal arts students and science major students ( $t = 2.63, p < 0.01$ ); (3) General self-efficacy had positive correlated to positive coping styles ( $r = 0.45, p < 0.01$ ); self consistency and congruence had negative correlated to positive coping styles ( $r = -0.23, p < 0.01$ ), and had positive correlated to negative coping styles ( $r = 0.41, p < 0.01$ ). **Conclusions:** College students' general self-efficacy, self consistency and congruence can predict coping styles, the two regression equations of regression models are: positive coping styles =  $1.45 + 0.37 \times$  general self-efficacy -  $0.004 \times$  self consistency and congruence, negative coping styles =  $-0.21 + 0.02 \times$  self consistency and congruence.

## Keywords

College Students, General Self-Efficacy, Self Consistency and Congruence, Coping Styles

---

\*通讯作者。

# 大学生一般自我效能感、自我和谐与应对方式的关系研究

韦春丽, 陈红\*, 王维, 孟鲁, 杨挺

西南大学心理学部, 重庆

Email: [chenhg@swu.edu.cn](mailto:chenhg@swu.edu.cn)

收稿日期: 2014年11月3日; 修回日期: 2014年11月18日; 录用日期: 2014年11月28日

## 摘要

目的: 探讨大学生一般自我效能感、自我和谐与应对方式的特点以及相互关系。方法: 采用一般自我效能感量表(GSES)、自我和谐量表(SCCS)及简易应对方式问卷(SCSQ)对272名大学生进行测评。结果: (1) 大学生的一般自我效能感、自我和谐与应对方式均处于中等水平; (2) 在性别方面: 大学生一般自我效能感存在显著差异, 男生明显比女生的得分高( $t = 4.30, p < 0.01$ ); 在自我和谐的刻板性维度上存在显著差异, 男生明显比女生的得分高( $t = 3.60, p < 0.01$ ); 在专业方面: 大学生在应对方式的积极应对维度存在显著差异, 文科生明显比理科生得分高( $t = 2.63, p < 0.01$ ); (3) 一般自我效能感与积极应对呈显著正相关( $r = 0.45, p < 0.01$ ); 自我和谐与积极应对呈显著负相关( $r = -0.23, p < 0.01$ ), 与消极应对呈显著正相关( $r = 0.41, p < 0.01$ ); 结论: 一般自我效能感、自我和谐能预测应对方式, 两个回归模型的回归方程分别为: 积极应对方式 =  $1.45 + 0.37 \times$  一般自我效能感 -  $0.004 \times$  自我和谐, 消极应对方式 =  $-0.21 + 0.02 \times$  自我和谐。

## 关键词

大学生, 一般自我效能感, 自我和谐, 应对方式

## 1. 引言

自我效能感是 Bandura 社会认知理论中的核心概念, 是指人们对个人行动控制的知觉或信念, 也可作为人们在生活中能否处理各种压力的自信心指标(王才康, 刘勇, 2000)。作为对某一成就动机能否成功的主观判断, 大学生的自我效能感水平对问题解决、学习及交友等方面都会产生重要的影响(孙淑晶, 赵富才, 2008)。自我和谐是罗杰斯人格自我理论的重要概念, 是指个体自我内部的协调一致以及自我与经验之间的协调(Rogers, 1959)。当自我与经验之间存在差距时, 就会出现内心的纷扰与紧张, 表现为“不和谐”状态, 个体为消除这种紧张、纷扰感就会采取一定的应对方式。应对方式是个体摆脱精神紧张的心理适应和心理支持机制, 在很大程度上影响着压力的后果和严重性, 对个体的自我和谐起着重要的作用(李志凯, 崔冠宇, 2006)。

大学生处于青年初期, 个体的世界观、人生观、价值观渐次明确, 自我意识逐渐清晰, 但又未真正完全形成, 恰是自我同一性形成的阶段。大学生生活纷繁精彩, 在生活、学习、人际方面会遇到各种困难, 出现各种“不和谐”状况。现今我们重视和谐社会的建设, 和谐社会关键是和谐的个体, 个体本身的自我效能感、自我和谐对问题解决具有重要影响。

本文以普通高校大学生为对象,研究一般自我效能感、自我和谐与应对方式的关系。通过相关分析找出一般自我效能感与应对方式、自我和谐与应对方式的相关关系;经过回归分析确定一般自我效能感、自我和谐对应对方式的预测作用,构建一般自我效能感和自我和谐对应对方式影响的路径模型。

## 2. 对象与方法

### 2.1. 对象

以玉林师范学院的学生作为研究对象,选取 272 名学生进行问卷调查,回收有效问卷 250 份,有效率为 92%。其中男生 104 人,女生 146 人;文科生 114 人,理科生 136 人;大一 24 人,大二 103 人,大三 51 人,大四 72 人;城镇生源 57 人,农村生源 193 人;独生子女 32 人,非独生子女 218 人。

### 2.2. 研究工具

(1) 中文版一般自我效能感量表(GSES),整个量表有 10 个问题,一个维度,4 点计分, $\alpha$  系数为 0.87,间隔 10 天左右重测信度为 0.83,折半信度为 0.90 (王才康, 2001)。

(2) 自我和谐量表(SCCS),由 35 个条目组成,采用 5 点式评分,包括 3 个分量表:自我与经验的不和谐、自我的灵活性和自我的刻板性,分量表的同质性信度分别为 0.85、0.81 和 0.64 (汪向东,王希林,马弘, 1999)。

(3) 简易应对方式问卷(SCSQ),由积极应对和消极应对两个维度(分量表)组成,包括 20 个条目,采用多级评分(0~3),问卷重测相关系数为 0.89, $\alpha$  系数为 0.90 (汪向东,王希林,马弘, 1999)。数据分析方法为平均数差异检验和方差分析以及多元回归分析,全部数据统计采用 SPSS17.0 进行处理。

## 3. 研究结果

### 3.1. 一般自我效能感、自我和谐、应对方式的总体情况

由表 1 可知,自我效能感平均得分中,男生 2.65,女生 2.38,处于大学生常模水平;自我和谐分值为 91.46,处在中间组水平;简易应对方式中的积极应对维度平均分为 1.95,消极应对维度平均分为 1.37,都处于常模水平。

### 3.2. 大学生一般自我效能感、自我和谐、应对方式得分在人口学变量上的差异检验

将大学生性别、专业、生源地、是否独生和年级作为自变量,一般自我效能感、自我和谐、应对方式得分及其维度作为因变量,进行差异检验,结果见表 2。

对性别、专业、生源地和是否独生进行  $t$  检验,结果表明,(1)在性别方面:大学生一般自我效能感存在显著差异,男生明显比女生的得分高( $t = 4.30, p < 0.01$ ),表明男生比女生有更高的自我效能感;在自我和谐的刻板性维度上存在显著差异,男生明显比女生的得分高( $t = 3.60, p < 0.01$ ),表明男生的自我和谐维度上的自我刻板性低于女生(得分越高自我和谐程度越低)。(2)在专业方面:大学生在应对方式的积极应对维度存在显著差异,文科生明显比理科生得分高( $t = 2.63, p < 0.01$ ),表明文科生更善于运用积极应对的方式解决问题。

对年级进行方差分析,结果表明,大学生在自我和谐自我刻板性维度上得分存在年级差异( $F = 3.45, p < 0.05$ )。事后检验表明:在自我刻板性这一维度上,一年级和四年级学生得分均显著低于二年级学生得分( $p < 0.05$ );结果表明,大学二年级学生自我和谐的刻板性显著低于大一和大四的学生,而大一、大三、大四不如大二学生深入整合,审思自己,大二是一个关键的转折点。

**Table 1.** The mean and standard deviation of GSES, SCCS and SCSQ  
**表 1.** 一般自我效能感、自我和谐、应对方式各维度的平均数和标准差

	人数	平均数	标准差
一般自我效能感	250	男生 2.65 女生 2.38	男生 0.49 女生 0.51
自我与经验的不和谐	250	45.87	9.44
自我的灵活性	250	27.10	7.15
自我的刻板性	250	18.49	4.38
自我和谐总分	250	91.46	13.59
积极应对	250	1.95	0.45
消极应对	250	1.37	0.60

**Table 2.** Difference tests in demography variables of GSES, SCCS and SCSQ  
**表 2.** 大学生一般自我效能感、自我和谐、应对方式维度得分在人口学变量上的差异

	一般自我效能感	自我与经验不和谐	自我灵活性	自我刻板性	自我和谐总分	积极应对	消极应对	
性别	男 M ± SD	2.65 ± 0.49	45.80 ± 10.62	27.36 ± 7.95	19.64 ± 5.20	92.80 ± 14.51	1.97 ± 0.49	1.37 ± 0.63
	女 M ± SD	2.38 ± 0.51	45.92 ± 8.54	26.91 ± 6.55	17.66 ± 3.49	90.50 ± 12.85	1.93 ± 0.42	1.37 ± 0.52
	t 值	4.30**	-0.10	0.48	3.60**	1.32	0.57	-0.08
文理科	文科 M ± SD	2.46 ± 0.54	46.14 ± 9.18	27.11 ± 7.72	18.44 ± 4.41	91.69 ± 13.04	2.03 ± 0.44	1.41 ± 0.61
	理科 M ± SD	2.52 ± 0.49	45.65 ± 9.69	27.08 ± 6.67	18.53 ± 4.38	91.26 ± 14.08	1.88 ± 0.45	1.34 ± 0.53
	t 值	-0.80	0.41	0.04	-0.16	0.25	2.63**	1.05
生源地	农村 M ± SD	2.48 ± 0.48	46.05 ± 8.98	27.42 ± 6.89	18.61 ± 4.24	92.09 ± 13.27	1.93 ± 0.44	1.36 ± 0.54
	城镇 M ± SD	2.55 ± 0.62	45.26 ± 10.92	25.98 ± 7.94	18.07 ± 4.87	89.32 ± 14.54	2.03 ± 0.46	1.41 ± 0.67
	t 值	-0.92	0.55	1.34	0.82	1.36	-1.56	-0.62
是否独生	是 M ± SD	2.66 ± 0.58	43.78 ± 9.49	26.09 ± 9.30	19.25 ± 5.47	89.13 ± 12.60	1.96 ± 0.53	1.43 ± 0.70
	否 M ± SD	2.47 ± 0.50	46.18 ± 9.42	27.24 ± 6.80	18.38 ± 4.20	91.8 ± 13.72	1.95 ± 0.44	1.36 ± 0.55
	t 值	1.94	-1.34	-0.85	1.05	-1.04	0.01	0.67
年级	大一 M ± SD	2.49 ± 0.63	43.13 ± 11.57	26.71 ± 10.28	16.92 ± 5.90	86.75 ± 16.00	2.08 ± 0.46	1.28 ± 0.60
	大二 M ± SD	2.56 ± 0.51	46.18 ± 10.02	26.64 ± 6.66	19.36 ± 4.44	92.18 ± 14.19	1.97 ± 0.46	1.40 ± 0.64
	大三 M ± SD	2.40 ± 0.51	45.37 ± 9.04	28.02 ± 7.90	18.69 ± 3.90	92.08 ± 13.25	1.87 ± 0.48	1.33 ± 0.52
	大四 M ± SD	2.46 ± 0.49	46.69 ± 8.00	27.22 ± 6.04	17.62 ± 3.80	91.54 ± 11.97	1.94 ± 0.40	1.40 ± 0.49
	F 值	1.14	0.94	0.45	3.45*	1.10	1.30	0.35

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , 以下相同。

### 3.3. 大学生一般自我效能感、自我和谐与应对方式的相关分析

大学生一般自我效能感、自我和谐与应对方式的相关分析如表 3 所示。表 3 显示, 一般自我效能感与积极应对呈显著正相关( $r = 0.45, p < 0.01$ ); 自我和谐总分与积极应对呈显著负相关( $r = -0.23, p < 0.01$ ), 与消极应对呈显著正相关( $r = 0.41, p < 0.01$ ); 在其分量表中, 自我与经验不和谐与消极应对呈显著正相关( $r = 0.28, p < 0.01$ ); 自我的灵活性与积极应对呈显著负相关( $r = -0.35, p < 0.01$ ), 与消极应对呈显著正相关( $r = 0.28, p < 0.01$ ); 自我的刻板性与消极应对呈显著正相关( $r = 0.22, p < 0.01$ ) (自我和谐量表得分越低,

**Table 3. Correlation among GSES, SCCS and SCSQ**  
**表 3. 一般自我效能感、自我和谐与应对方式的相关分析**

	积极应对方式	消极应对方式
一般自我效能感	0.45**	-0.07
自我与经验的不和谐	-0.06	0.28**
自我的灵活性	-0.35**	0.28**
自我的刻板性	-0.01	0.22**
自我和谐总分	-0.23**	0.41**

自我和谐程度越高)。

### 3.4. 大学生应对方式的多元回归分析

上述结果显示一般自我效能感与积极应对方式、自我和谐与应对方式都存在显著的相关关系,为进一步探讨它们之间的关系,对一般自我效能感、自我和谐与应对方式进行多元回归分析,采用逐步回归法,逐步引入一般自我效能感、自我和谐。结果见表 4 和表 5。

因变量和自变量的复相关系数  $R$ 、判定系数  $R^2$ ; 回归方程显著性检验中  $F$  值如表 4。由表 4 可知,两个线性回归模型检验结果显示( $F = 35.14, p < 0.01$ ;  $F = 50.95, p < 0.01$ ),两个回归模型具有统计意义。经逐步分析,进入回归方程的因子都是自我和谐,而一般自我效能感只进入第一个回归方程。具体来说,一般自我效能感、自我和谐对积极应对方式的累积解释率为 22% (一般自我效能感占 20%,自我和谐度占 2%);自我和谐对消极应对方式的累积解释率为 17%。

偏回归系数  $B$ 、偏回归系数的标准误差,标准化偏回归系数  $Beta$ 、回归系数显著性检验  $t$  值及对应的概率  $p$  值如上表 5 两个回归模型的回归方程分别为:积极应对方式 =  $1.45 + 0.37 \times$  一般自我效能感  $-0.004 \times$  自我和谐,消极应对方式 =  $-0.21 + 0.02 \times$  自我和谐。

## 4. 讨论

### 4.1. 大学生一般自我效能感、自我和谐、应对方式的总体状况

本研究中,大学生一般自我效能感得分平均值为 2.49,标准差为 0.52,处于中等水平。不过,在一般自我效能感的均分分布情况中,仍有 20.8% 的大学生一般自我效能感低下(均分低于 2 分),常体验到较多的无效能感,说明仍有相当数量的大学生对自己处理、解决问题的能力或应变能力不够自信,应当引起我们充分的重视与关注。

大学生自我和谐平均分为 91.46,标准差为 13.59,大学生的自我和谐属于中间组,处在中等水平。这符合甘景梨等人(2004)的研究结果。大学生积极应对维度平均分为 1.95,消极应对维度平均分为 1.37,处于常模水平。但是,积极和消极是相对的,如“接受现实”和“自己安慰自己”被归为消极怨愤,对其却有着缓解挫折打击的作用(汪向东,王希林,马弘,1999)。不同应对方式,在不同时间和情景,在不同的人身上,也会有不同的结果,这是需要进一步深入研究的问题。

### 4.2. 大学生一般自我效能感、自我和谐、应对方式在人口学变量上的差异

大学生的一般自我效能感存在性别差异,男大学生的一般自我效能感水平显著高于女生,这可能与性别角色和社会期望等因素有关,传统的社会文化观念认为男性是主动的、理性的和有能力的,而女性则是被动的、情绪化的和富有同情心的,这与以往的研究是一致的(原凯歌,刘航,2011;王晓一,李薇,张红,2013)。

**Table 4.** GSES, SCCS and SCSQ stepwise regression analysis of the model (1)  
**表 4.** 应对方式对一般自我效能感、自我和谐的回归分析(1)

入选因子		R	R <sup>2</sup>	F
积极应对	一般自我效能感	0.45	0.20	35.14**
	自我和谐	0.47	0.22	
消极应对	自我和谐	0.41	0.17	50.95**

**Table 5.** GSES, SCCS and SCSQ stepwise regression analysis of the model (2)  
**表 5.** 应对方式对一般自我效能感、自我和谐的回归分析(2)

模型		B	Std. Error	Beta	t	sig
	常量	1.45	0.24		6.10**	0.000
积极应对	一般自我效能感	0.37	0.05	0.45	7.31**	0.000
	自我和谐	-0.004	0.002	-0.14	-2.35	0.020
消极应对	常量	-0.21	0.22		-0.94	0.348
	自我和谐	0.02	0.002	0.41	7.14**	0.000

大学生的应对方式在专业上存在显著性差异,具体表现为文科生高于理科生。文科生相对于理科生更为感性,更易触动,更灵活,更容易看到生活美好的一面。这些认知、态度以及行为上的差异就构成了个体面对压力情境时的应对方式的差异(汪向东,王希林,马弘,1999)。具体表现为文科生在态度上更为积极,而态度引导他们积极去解决问题,更易采取积极的应对方式。

### 4.3. 大学生一般自我效能感、自我和谐与应对方式的关系

大学生一般自我效能感与积极应对呈显著正相关。大学生自我和谐与应对方式之间存在显著性相关,自我和谐与积极应对呈显著负相关,与消极应对呈显著正相关。

进一步的回归分析表明,一般自我效能感、自我和谐对积极应对方式的累积解释率为

22%(一般自我效能感占20%,自我和谐度占2%);自我和谐度对消极应对方式的累积解释率为17%。回归模型的回归方程分别为:积极应对 =  $1.45 + 0.37 \times$  一般自我效能感  $- 0.004 \times$  自我和谐,消极应对 =  $-0.21 + 0.02 \times$  自我和谐。

具体分析可能存在的原因如下:首先,作为大学生这个群体,随着他们的独立性、自尊心的逐渐增强,越来越将注意力投向自我,强烈地关注着自身专业学识、品格、才能的发展,因此,使大学生在自我认识、自我情感和自我意志上保持一致,形成自我概念,确立自我形象,维持自我和谐对心理健康有至关重要的作用,自我和谐作为个体内在稳定的人格特质,影响着对问题解决的应对方式。其次,与自我和谐相比,一般自我效能感是对自身能否应对不同环境需求的预期及对自己能否应对不同环境需求的主观判断,对维持一般的良好情绪体验具有重要的意义,所以一般自我效能感这个因子进入了积极应对这一个回归方程,但一般自我效能感产生于活动发生之前,终究还不同于个体的实际应对技能,因此是否能够顺利应对和适应新的环境和需求而提高其应变能力和解决问题的能力,都是不确定的,并没有进入消极应对这一回归方程,还不能达到预测消极应对方式。

### 参考文献 (References)

甘景梨,张万恒,赵亚男,高存友,吕存生,杨春,汤松伟,杨代德(2004). 心理训练对军人自我和谐等因素的影响. *中国心理卫生杂志*, 5期, 311-313.

- 李志凯, 崔冠宇(2006). 本科大学生自我和谐及其与应对方式的关系. *中国健康心理学杂志*, 4 期, 380-382.
- 孙淑晶, 赵富才(2008). 大学生一般自我效能感、应对方式与社交焦虑的关系研究. *中国健康心理学杂志*, 3 期, 305-307.
- 汪向东, 王希林, 马弘(1999). *心理卫生评定量表手册(增订版)* (pp. 82-83, 127-131). 北京: 中国心理卫生杂志社.
- 王才康(2001). 一般自我效能感量表的信度和效度研究. *应用心理学*, 1 期, 37-40.
- 王才康, 刘勇(2000). 一般自我效能感与特质焦虑、状态焦虑和考试焦虑的相关研究. *中国临床心理学杂志*, 4 期, 229-230.
- 王晓一, 李薇, 张红(2013). 唐山大学生自我和谐与一般自我效能感的相关研究. *中国健康心理学杂志*, 4 期, 630-631.
- 原凯歌, 刘航(2011). 大学生家庭环境、一般自我效能感和应对方式的相关研究. *中国健康心理学杂志*, 3 期, 361-363.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationship as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A Study of Science* (pp. 184-256). New York: McGraw Hill.