

The Relationship of Taoist Values and Negative Perfectionism Tendency in University Students

Ya Liu, Xianhua Liu*

School of Educational Science, Hengyang Normal University, Hengyang Hunan
Email: *lxhxlx203@163.com

Received: Jun. 20th, 2016; accepted: Jul. 4th, 2016; published: Jul. 13th, 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

In present research, 369 university students were surveyed by the Taoist values questionnaire and the negative perfectionism questionnaire to explore the characteristics and relationships of Taoist values and negative perfectionism. The results showed that the Taoist value of university students was significantly different in gender, subject and grade ($P < 0.05$). The negative perfectionism of university students was significantly different in gender and grade ($P < 0.05$). There was significant negative correlation between total scores of Taoist values and those of negative perfectionism ($P < 0.01$). The result of multiple regression suggested that three factors of peace of mind, compliance and inaction, detachment and few desires could predict negative perfectionism tendencies effectively. This present research indicates that the Taoist values can reduce the level of negative perfectionism of university students.

Keywords

University Students, Taoist Values, Negative Perfectionism

大学生道家价值观与消极完美主义倾向的关系研究

刘 娅, 刘衔华*

衡阳师范学院教育科学学院, 湖南 衡阳
*通讯作者。

Email: *lxhxlx203@163.com

收稿日期: 2016年6月20日; 录用日期: 2016年7月4日; 发布日期: 2016年7月13日

摘要

本研究采用《道家价值观问卷》和《消极完美主义问卷》探讨369名大学生道家价值观和消极完美主义的特点及关系。结果表明大学生道家价值观存有性别差异、学科差异和年级差异($P < 0.05$)。消极完美主义存有性别差异和年级差异($P < 0.05$)。大学生道家价值观总分与消极完美主义倾向呈现显著负相关($P < 0.01$)，“心态平和”、“顺势无为”和“超脱寡欲”三个因素对消极完美主义倾向有显著预测作用。本研究证明道家价值观可以减低大学生的消极完美主义水平。

关键词

大学生, 道家价值观, 消极完美主义

1. 引言

中国道家思想在身心健康中的作用越来越受到关注。马斯洛和荣格曾在他们的理念中参考了道家思想。Gerstein 和 Sturmer 开发了一种应用于 EAP 咨询的道家模式并运用到咨询过程[1]。Sun 认为, 一个人可以运用“无为”去改变他人的行为和感知, 不强行对他人进行干涉[2]。我国学者刘红认为: 老庄思想在一定程度上可以帮助人们对心理挫折进行调节[3]。譬非指出功能障碍型完美主义者过分追求细节, 过度的谨慎和仔细, 很难做到真正有条理, 他们依照固定程序和方案做事, 不肯变通[4]。马敏等人发现消极完美主义者表现出较多的负面情绪[5]。张奕和譬非认为道家思想讲究顺其自然, 而消极完美主义强调强迫性体验, 道家价值观在一定程度上能调控消极完美主义倾向[6]。本研究采纳了本土化的消极完美主义问卷和道家价值观问卷对大学生群体的基本情况进行测量, 首次针对大学生群体的道家价值观与消极完美主义的现状进行分析, 探讨道家价值观对大学生消极完美主义倾向的影响机制, 为大学生的健康成长提供科学依据。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

本研究采用随机抽样的方法, 对衡阳师范学院各院发放问卷 400 份, 有效问卷 369 份。其中男生 94 人, 女生 275 人; 大一 190 人, 大二 130 人, 大三 48 人, 大四 1 人; 理科 185 人, 工科 62 人, 文科 122 人; 平均年龄 18.76 ± 1.05 岁。

2.2. 研究工具

2.2.1. 道家价值观问卷

采用张奕编制的《道家价值观问卷》, 包含 42 个项目, 5 个因子分别为心态平和、顺势无为、甘于处下而不争、超脱寡欲、辩证观念。问卷采用四点量表方式(1~4, 分别为“此观念与我的生活理念完全不符合”、“此观念与我的生活理念比较不符合”、“此观念与我的生活理念比较符合”和“此观念与我的生活理念完全符合”四个选项), 包括正反向计分。问卷总体的内部一致性系数为 0.88, 总体重测信

度为 0.82 [7]。

2.2.2. 消极完美主义问卷

采用瞿非编制的《消极完美主义问卷》，问卷共 38 个项目，包括 5 个维度：极高目标和标准、害怕失败、犹豫迟疑、过度计划和控制、过度谨慎和仔细。问卷采用五点量表方式(1~5，分别为“不符合”、“有点不符合”、“不能确定”、“有点符合”和“符合”五个选项)，包括正反向计分，得分越高，表明完美主义倾向越强烈。问卷的内部一致性系数在 0.75~0.82 之间，重测信度在 0.61~0.81 [4]。

2.3. 数据处理

使用统计软件 SPSS16.0 对数据进行描述性统计，并进行相关分析，*t* 检验，方差分析和多元回归分析。

3. 研究结果

3.1. 大学生道家价值观的基本状况

3.1.1. 大学生道家价值观的性别差异

由表 1 可见：大学女生在道家价值观总分、道家价值观的心态平和、甘于处下而不争、超脱寡欲、辩证观念因子得分上显著高于男生($P < 0.01$)。

3.1.2. 大学生道家价值观的学科差异

由表 2 可见，不同学科的大学生在顺势而为、甘于处下而不争和辩证观念因子上存在显著差异($P < 0.05$)。LSD 事后检验表明在文理科和理工科方面的顺势而为因子得分存在显著的差异，理科得分显著高于文科和工科。文科辩证观念得分显著高于理科、工科；文科在甘于处下而不争的得分显著高于理科。

3.1.3. 大学生道家价值观的年级差异

由表 3 可见，道家价值观总分和道家价值观各因子在大一、大二、大三年级均存在显著差异。LSD 事后检验表明大一学生在甘于处下而不争、超脱寡欲、辩证观念因子和道家价值观总分显著高于大二、大三；在心态平和方面，大一得分显著高于大三；在顺势无为方面，大三得分显著高于大一。

3.2. 大学生消极完美主义倾向的基本状况

3.2.1. 大学生消极完美主义倾向的性别差异

由表 4 可见：大学男生在消极完美主义的害怕失败维度得分上显著高于女生($P < 0.01$)，但女生在过度计划和控制维度的得分上显著高于男生($P < 0.05$)。

3.2.2. 大学生消极完美主义倾向的学科差异

由表 5 可见，大学生消极完美主义总分以及各维度在文理工科方面均不存在显著差异($P > 0.05$)。

3.2.3 大学生消极完美主义倾向的年级差异

由表 6 可见，大学生消极完美主义总分、犹豫迟疑、害怕失败维度在大学一二三年级存在显著差异($P < 0.05$)。LSD 事后检验表明大二学生在消极完美主义总分、犹豫迟疑、害怕失败维度得分显著高于大一。大三学生在犹豫迟疑、害怕失败维度得分显著高于大一。

3.3. 大学生道家价值观与消极完美主义倾向的关系

由表 7 可见，道家价值观总分与消极完美主义总分呈负相关，其中道家价值观的顺势无为、超脱寡欲两个因子和道家价值观总分与消极完美主义总分呈显著负相关($P < 0.01$)，心态平和因子与消极完美主

Table 1. College students' gender differences in Taoist values
表 1. 大学生道家价值观的性别差异

	男(n = 94)		女(n = 275)		t
	M	SD	M	SD	
心态平和	2.81	0.42	2.98	0.33	-3.903**
顺势而为	2.32	0.41	2.35	0.44	-0.445
甘于处下而不争	2.85	0.44	3.01	0.35	-3.254**
超脱寡欲	2.45	0.60	2.65	0.53	-3.050**
辩证观念	2.92	0.46	3.14	0.35	-4.305**
道家价值观总分	2.67	0.25	2.82	0.23	-5.461**

注: ** $P < 0.01$, * $P < 0.05$, 下同。

Table 2. College students' subject differences in Taoist values
表 2. 大学生道家价值观的学科差异

	文科(n = 122)		理科(n = 185)		工科(n = 62)		F
	M	SD	M	SD	M	SD	
心态平和	2.97	0.34	2.93	0.37	2.88	0.38	1.161
顺势而为	2.26	0.40	2.42	0.45	2.27	0.43	6.332**
甘于处下而不争	3.04	0.32	2.92	0.39	2.97	0.44	3.945*
超脱寡欲	2.66	0.54	2.56	0.55	2.58	0.60	1.107
辩证观念	3.20	0.32	3.01	0.43	3.08	0.38	9.586**
道家价值观总分	2.83	0.20	2.77	0.26	2.76	0.28	2.619

Table 3. College students' grade differences in Taoist values
表 3. 大学生道家价值观的年级差异

	大一(n = 190)		大二(n = 130)		大三(n = 48)		F
	M	SD	M	SD	M	SD	
心态平和	2.98	0.35	2.90	0.37	2.82	0.36	4.341*
顺势而为	2.29	0.44	2.37	0.43	2.47	0.41	3.307*
甘于处下而不争	3.03	0.39	2.92	0.36	2.87	0.38	5.094**
超脱寡欲	2.69	0.56	2.52	0.57	2.45	0.46	5.250**
辩证观念	3.20	0.37	3.00	0.37	2.88	0.44	18.894**
道家价值观总分	2.84	0.26	2.74	0.22	2.70	0.25	9.389**

义呈显著正相关($P < 0.01$)。消极完美主义中的犹豫迟疑、害怕失败和过度计划和控制与道家价值观总分呈现显著负相关($P < 0.05$)。

采用 Enter 回归分析法,以消极完美主义总分为因变量,道家价值观五个因子作为自变量进行多元回归分析,结果表明:“心态平和”、“顺势无为”和“超脱寡欲”三个因素对消极完美主义倾向有显著影响作用,如表 8 所示。

Table 4. College students' gender differences in negative perfectionism**表 4.** 大学生消极完美主义的性别差异

	男(n = 94)		女(n = 275)		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
犹豫迟疑	2.74	0.54	2.76	0.64	-0.257
害怕失败	2.43	0.93	2.05	0.78	3.586**
过度谨慎和仔细	3.19	0.68	3.10	0.69	1.143
过度计划和控制	3.52	0.80	3.76	0.77	-2.572*
极高目标和标准	3.10	0.67	3.07	0.75	0.284
消极完美主义总分	3.00	0.48	2.95	0.48	0.848

Table 5. College students' subject differences in negative perfectionism**表 5.** 大学生消极完美主义的学科差异

	文科(n = 122)		理科(n = 185)		工科(n = 62)		<i>F</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
犹豫迟疑	2.73	0.65	2.79	0.58	2.70	0.62	0.669
害怕失败	2.08	0.78	2.23	0.86	2.03	0.85	1.861
过度谨慎和仔细	3.21	0.73	3.10	0.66	3.01	0.69	1.911
过度计划和控制	3.78	0.80	3.63	0.77	3.73	0.79	1.455
极高目标和标准	3.10	0.78	3.05	0.72	3.13	0.66	0.285
消极完美主义总分	2.98	0.49	2.96	0.48	2.92	0.47	0.301

Table 6. College students' grade differences in negative perfectionism**表 6.** 大学生消极完美主义的年级差异

	大一(n = 190)		大二(n = 130)		大三(n = 48)		<i>F</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
犹豫迟疑	2.64	0.62	2.88	0.62	2.86	0.48	6.793**
害怕失败	2.01	0.81	2.25	0.83	2.35	0.83	5.197**
过度谨慎和仔细	3.09	0.70	3.15	0.68	3.19	0.67	0.462
过度计划和控制	3.69	0.81	3.75	0.80	3.56	0.66	1.037
极高目标和标准	3.05	0.76	3.07	0.74	3.21	0.53	0.975
消极完美主义总分	2.90	0.48	3.02	0.50	3.03	0.39	3.293*

Table 7. Correlation analysis of Taoist values and negative perfectionism**表 7.** 道家价值观与消极完美主义的相关分析

	犹豫迟疑	害怕失败	过度谨慎和仔细	过度计划和控制	极高目标和标准	消极完美主义总分
心态平和	-0.10	0.01	0.24**	0.25**	0.21**	0.19**
顺势无为	0.08	-0.12*	-0.21**	-0.16**	-0.30**	-0.22**
甘于处下而不争	-0.19**	-0.16**	0.17**	0.09	0.12*	0.01
超脱寡欲	-0.31**	-0.47**	-0.18**	-0.28**	-0.30**	-0.48**
辩证观念	-0.14**	-0.24**	0.06	0.11*	0.03	-0.06
道家价值观总分	-0.24**	-0.38**	-0.02	-0.13*	-0.05	-0.26**

Table 8. The multivariate regression analysis of Taoist values to negative perfectionism scores
表 8. 道家价值观对消极完美主义总分的多元回归分析

自变量	B	Beta	t	P
心态平和	0.197	0.149	2.637**	0.009
顺势而为	-0.181	-0.165	-3.591**	0.000
超脱寡欲	-0.378	-0.440	-9.401**	0.000

4. 讨论

本研究发现, 大学女生在道家价值观总分得分上显著高于男生。这可能是因为女性当中本身的特性和道家的一些特点相符: 崇尚平和、不与人较之高下、少私寡欲。顺势而为得分理科高于文科, 文科辩证观念得分显著高于理科、工科。这可能是学科之间不同的学习方法所致, 理科生讲究规则定理, 凡是按规矩办事, 所以不会轻易妄为, 顺势而行。而文科生接触的哲学历史知识较多, 思辨能力较强, 所以比较容易看开世俗评判标准, 观念灵活、开放。这与张静的研究结论一致, 文科生由于接触道教传统文化较多, 导致道家传统价值观比理科生强[8]。

道家价值观总分与消极完美主义总分呈负相关, 这与张奕、訾非的研究结果一致, 说明持有道家价值观的个体更少地具有消极完美主义人格倾向[6]。研究结果表明了拥有道家价值观更多的个体更多地拥有平静、和顺的生活观, 不与人较之高下, 能辩证的看问题。张奕指出老子提出的顺其自然等思想, 对于心境的调节、心理健康的保持和心理疾病的疗愈都具有指导意义[7]。这启示我们要多培养大学生的道家价值观, 以平和的心态看待生活中发生的困难, 在物欲横流的社会保持一颗平静的内心。

本研究除了证实顺势无为和超脱寡欲两个因子对消极完美主义的显著影响外[6], 还得出心态平和对消极完美主义的显著影响。这说明拥有心态平和的生活观的大学生具有更少的消极完美主义倾向。研究结果也否定了一些人认为的道家价值观都是消极的。其实这也可以从《道德经》中找到依据。书中的“图难于其易, 为大于其细”启示我们做人必须脚踏实地, 做什么都持之以恒, 不能中途放弃。只有把每件小事做好, 才能成就大事[7], 由此可见道家思想是以一种平和的方式看待世界, 而不都是消极的观念。

当然, 鉴于各方面原因, 本研究也存在许多不足之处。比如取样的局限性, 本研究只选取了自己院校的学生为研究对象, 被试的代表性不强, 且问卷回收后大三与大四年级的学生人数相比差距较大, 因此受样本的影响, 本研究的研究结果在大学生群体中的推广可能会受到影响; 由于本研究的两个问卷在国内鲜有人用, 加上国内少有关于道家价值观的实证调查方面的研究, 所以本研究缺乏更多的相关文献做参考, 在一定程度上影响了对研究结果的评价; 道家价值观与消极完美主义倾向的成因是极其复杂的, 往往可能涉及人格的因素, 因此对于两者的相关研究还可以从中介变量入手。这些问题都有待未来研究进一步深入和完善。

5. 结论

根据研究结果, 能够得到以下结论:

- 1) 大学生道家价值观存有性别、学科和年级等方面的差异。
- 2) 大学生消极完美主义存有性别和年级差异。
- 3) 大学生消极完美主义与道家价值观关系密切, 道家价值观水平越高, 消极完美主义倾向就越低。

道家价值观可以减低大学生的消极完美主义水平。

致 谢

首先感谢訾非教授和张奕前辈无私地给我问卷, 并且细心地告诉我评分细则。

感谢我的指导老师刘衍华博士, 在论文的完成过程中, 给了我细心的指导和帮助。

感谢我的学妹李明玉帮我发放问卷, 感谢我的室友徐罗月帮我修正我的论文格式, 感谢所有参与过我问卷填写的我的本科校友们, 才让我的论文得以顺利完成。

最后, 对所有关心和帮助过我的亲人、老师、同学和朋友表示衷心的感谢。

基金项目

衡阳师范学院大学生研究性学习和创新性实验计划项目(cx1535)。

参考文献 (References)

- [1] Gerstein, L.H. and Sturmer, P. (1993) A Taoist Paradigm of EAP Consultation. *Journal of Counseling & Development*, 72, 178-184. <http://dx.doi.org/10.1002/j.1556-6676.1993.tb00918.x>
- [2] Sun, K. (1995) How to Overcome without Fighting: An Introduction to the Taoist Approach to Conflict Resolution. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 15, 161-171. <http://dx.doi.org/10.1037/h0091142>
- [3] 刘红. 借鉴老庄思想调适心理挫折[J]. 贵州教育学院学报(社会科学版), 1999(2): 23-26.
- [4] 訾非. 消极完美主义问卷的编制[J]. 中国健康心理学杂志, 2007, 15(4): 340-344.
- [5] 马敏, 訾非. 消极完美主义者人格特征的质性研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(8): 987-990.
- [6] 张奕, 訾非, 刘志钢. 道家价值观的结构及其与消极完美主义倾向的关系[J]. 心理研究, 2015, 8(1): 31-37.
- [7] 张奕. 道家和儒家价值观对生活事件与心理健康之间关系的调节作用研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京林业大学, 2015.
- [8] 张静. 当代大学生儒道传统价值观与心理健康的关系研究[D]: [博士学位论文]. 长春: 吉林大学, 2009.

再次投稿您将享受以下服务:

1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
2. 为您匹配最合适的期刊
3. 24 小时以内解答您的所有疑问
4. 友好的在线投稿界面
5. 专业的同行评审
6. 知网检索
7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>