

The Mediator Role of Regulatory Emotional Self-Efficacy between Shyness and Alienation

Mengzhu Li, Shu Zhang, Yanan Liu*, Yuhan Wang, Wenduo Li

Department of Education, Zhengzhou University, Zhengzhou Henan
Email: *lynpsy@qq.com

Received: May 30th, 2016; accepted: Jun. 18th, 2016; published: Jun. 21st, 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

Objective: To investigate the mediating effect of Regulatory Emotional Self-Efficacy on relationships between shyness and alienation among college students. **Methods:** Totally 360 college students were surveyed with Shyness Scale, the Sense of Alienation in College Students Scale and Regulatory Emotional Self-efficacy Scale. **Results:** Regulatory Emotional Self-efficacy and shyness had predictive effect to alienation. Shyness still had significant positively predictability to alienation (β value declined from 0.507 to 0.383) on the basis that regulatory emotional self-efficacy was controlled. **Conclusion:** The result of the research indicates that regulatory emotional self-efficacy has a partial mediating effect between shyness and alienation.

Keywords

Regulatory Emotional Self-Efficacy, Shyness, Alienation

情绪调节自我效能感在羞怯与疏离感之间的中介作用

李梦珠, 张舒, 刘亚楠*, 汪钰涵, 李文铎

郑州大学教育系, 河南 郑州
Email: *lynpsy@qq.com

*通讯作者。

文章引用: 李梦珠, 张舒, 刘亚楠, 汪钰涵, 李文铎(2016). 情绪调节自我效能感在羞怯与疏离感之间的中介作用. 心理学进展, 6(6), 670-674. <http://dx.doi.org/10.12677/ap.2016.66087>

收稿日期：2016年5月30日；录用日期：2016年6月18日；发布日期：2016年6月21日

摘要

目的：探讨情绪调节自我效能感在羞怯与疏离感之间的中介作用。**方法：**随机选取360名大学生，采用羞怯量表中文版、情绪调节自我效能感量表、大学生疏离感量表进行测量。**结果：**情绪调节自我效能感和羞怯对疏离感有预测作用，在控制了情绪调节自我效能感之后，羞怯对疏离感的正向预测作用依然有统计学意义(β 值从0.507下降到0.383)。**结论：**情绪调节自我效能感在羞怯和疏离感之间起部分中介作用。

关键词

情绪调节自我效能感，羞怯，疏离感

1. 引言

对青少年心理状况的研究一直是心理学研究的重点，而近几年对其疏离感的研究是热点之一。疏离感是个体与周围环境之间正常关系发生疏远，甚至被其支配或控制，从而产生的孤独感、无意义感、不可控制感、压迫束缚感和自我疏离感等消极的情感(杨东, 吴晓蓉, 2002)。青少年期是疏离感产生的敏感高危期，但其在其他群体中也会存在，已经有研究者证明人格是疏离感的产生因素之一，而大部分研究都是从个体生活环境、自尊、社会支持的角度探究个体疏离感产生的原因，却很少探究情绪的影响角度(杨东等, 2002)。而羞怯既可以当做个体的情绪表现，也可以看做人格特质。研究显示，羞怯个体常与低自尊、社交焦虑、孤独、对社交情境的回避和人际排斥相伴随(孙妮, 2011)。所有的这些都意味着羞怯个体与周围环境和个人接触交流更少，对社会与社交的回避更多，也更少的感知周围环境的变化，渐渐对周围世界有了更多的疏离。已有研究证明，在大学生群体中，羞怯与疏离感显著正相关(黄林洁琼等, 2015)。

在探究羞怯与疏离感之间的关系时，还需要探究羞怯是通过何种因素导致个体感受到较高的疏离感。已有研究表明，害羞个体并不缺乏社交知识和社交技能，其适应问题的关键是对自身社交能力信心的缺乏(Caprara et al., 2008)。也就是说，羞怯其实是一种在社交领域的自我效能感偏低的表现，从自我效能感的角度来解释两者之间的关系符合逻辑。情绪调节自我效能感是个体对能否有效调节自身情绪状态的一种自信程度，它会直接或间接影响各种社会心理功能(汤冬玲等, 2010)。有研究表明，羞怯个体表现出较低的情绪调节自我效能感，此类个体在面临社会压力情景时，调节自身情绪以适应环境的能力较差，情绪调节自我效能中介羞怯与孤独感之间的关系(李彩娜等, 2013)。这些文献说明，情绪调节自我效能感可能中介羞怯与孤独相关特质，比如疏离感之间的关系。

研究的意义在于，探究羞怯是如何导致个体的疏离感的，进而就可以知道如何调节自身情绪及其它因素使自己更少的感觉到疏离感，这是该研究的实践价值。查阅已有国内外文献，还没有发现羞怯、情绪调节自我效能感以及疏离感三者关系的相关研究，本研究是一次尝试。综上所述，本文提出三点假设：假设一，羞怯与疏离感呈显著正相关；假设二，羞怯与情绪调节自我效能感对疏离感有一定的预测作用；假设三，情绪调节自我效能感在羞怯与疏离感中起到部分中介作用。

2. 对象和方法

2.1. 对象

随机选取河南省某高校大学生 393 名，剔除无效数据后保留 360 名被试，其中男生 114，女生 220

名, 未标注信息者 26 名, 理科生 252 名, 文科生 108 名, 平均年龄 19.98 岁, 标准差 1.05。

2.2. 工具

2.2.1. 情绪调节自我效能感量表(Regulatory Emotional Self-Efficacy Scale, RES) (张萍、张敏、卢家楣, 2010)

选用情绪调节自我效能量表中文版问卷(张萍等, 2010), 用来测量个体对自我调控情绪能力的信念, 包括 12 个项目, 可分为三个维度: 表达正性情感的自我效能、克制失望沮丧的自我效能及控制愤怒情绪的自我效能。问卷选用 7 级评分(1 = “完全做不到”, 7 = “完全能做到”), 分数越高, 说明情绪调节自我效能感越高。在本研究中, 该量表的内部一致性信度为 0.84, 各分量表内部一致性信度在 0.77 至 0.82 之间。

2.2.2. 羞怯量表(Shyness Scale, Cheek, 1983)中文版(汪向东、王希林、马弘, 1999)

选用羞怯量表中文版(汪向东等, 1999), 共 13 个项目, 7 级评分(1 = “极不相符”, 7 = “极为相符”), 4 个题目反向计分后与其他项目相加得到量表总分, 分数越高代表羞怯水平越高。本研究中, 量表的 α 系数为 0.83。

2.2.3. 大学生疏离感量表(The Sense of Alienation in College Students Scale) (邓军, 2011)

选用疏离感量表中文版(邓军, 2011)。该量表有 17 个项目, 包括自我疏离感、人际疏离感、环境疏离感、文化价值疏离感四个维度。自我疏离指个体对自己评价缺乏肯定, 产生对自己的嫌弃感; 人际疏离是由于人际冷漠而产生的孤独感和不信任感; 环境疏离是个体与其生活的物理环境产生的疏离感; 文化疏离指的是个体无法认同原本共同遵守的传统习俗和社会规范, 从而失去了意义感。采用 7 点计分法, 分数越高表示疏离感水平越高。本研究中, 各分量表内部一致性信度为 0.72 至 0.81 之间, 总量表内部一致性系数为 0.82。

2.3. 统计方法

通过 SPSS21.0 统计软件进行数据录入, 经 Pearson 相关分析考察各变量之间的相关; 通过用层次回归分析检验羞怯、情绪调节自我效能感与疏离感的关系; 用 Bootstrap 程序估计中介效应的置信区间。

3. 结果

3.1. 情绪调节自我效能感与羞怯和疏离感的描述性统计及相关分析

从表中可以看出羞怯与情绪调节自我效能感显著负相关, 与疏离感显著正相关, 调节情绪自我效能感与疏离感呈显著负相关。文化疏离、自我疏离、关系疏离、环境疏离均与羞怯呈显著正相关, 与情绪调节自我效能感呈显著负相关(见表 1)。

3.2. 情绪调节自我效能感在羞怯与疏离感间的中介作用分析

3.2.1. 情绪调节自我效能感和羞怯对疏离感的回归分析

以疏离感总分为结果变量, 以情绪调节自我效能感总分以及羞怯总分为预测变量。为避免变量间多重共线性影响, 首先将各变量对应的数据中心化, 采用层次回归分析。采用逐步多元回归分析, 两个因子分别进入。结果表明, 羞怯、情绪调节自我效能感依次进入回归方程, 两个回归模型均显著[F(1, 359) = 121.72, $p = 0.000$; F(2, 358) = 86.15, $p = 0.000$], 羞怯可解释疏离感总方差的 25%, 而增加情绪调节自我效能感后, 可解释方差的比例增加到 32%。进一步对各回归系数检验, 两者的回归系数均达到显著水平($\beta = 0.38$, $t = 7.86$, $p = 0.000$; $\beta = -0.30$, $t = -6.17$, $p = 0.000$)。根据理论假设, 本研究构建情绪调节自我效能感在羞怯感和疏离感之间的中介效应模型, 进一步分析三者之间的关系(见表 2)。

Table 1. Correlation analysis on regulatory emotional self-efficacy and shyness and alienation
表 1. 情绪调节自我效能感与羞怯和疏离感的相关分析

变量	$\bar{x} \pm s$	疏离感	人际疏离感	自我疏离感	文化价值疏离感	环境疏离感	羞怯
疏离感	2.74 ± 0.79						
人际疏离感	2.48 ± 1.20	0.70**					
自我疏离感	2.05 ± 0.78	0.63**	0.35**				
文化价值疏离感	3.05 ± 1.28	0.73**	0.34**	0.42**			
环境疏离感	3.51 ± 1.26	0.75**	0.30**	0.16**	0.43**		
羞怯	3.73 ± 1.01	0.50**	0.24**	0.42**	0.48**	0.34**	
情绪调节自我效能感	4.96 ± 0.84	-0.46**	-0.28**	-0.55**	-0.36**	-0.19**	-0.42**

注: ** $p < 0.01$ 。

Table 2. Alienation as dependent variable, regulatory emotional self-efficacy and shyness as independent variables, multiple linear regression analysis (n = 360)
表 2. 以疏离感为因变量, 情绪调节自我效能感和羞怯为自变量的多重线性回归分析(n = 360)

自变量	偏回归系数			
	系数(β)	标准误(SE)	t 值	p
羞怯	0.38	0.048	7.86	0.000
情绪调节自我效能感	-0.30	0.047	-6.17	0.000

3.2.2. 情绪调节自我效能感在羞怯和疏离感的中介效应分析

使用偏差校正的 Bootstrap 进行中介效应的显著性检验(陈瑞等, 2013)。首先采用重复随机抽样的方法在原始数据(n = 360)中抽取 5000 个 Bootstrap 样本, 然后根据这些样本拟合羞怯经情绪调节自我效能感至疏离感的中介效应模型, 生成并保存 5000 个中介效应的估计值, 形成一个近似抽样分布, 将这些效应值按数值大小排序, 用第 2.5 百分位数和第 97.5 百分位数估计中介效应 95% 的置信区间。如果中介效应 95% 的置信区间没有包括 0, 表明中介效应有统计学意义。使用偏差校正的 Bootstrap 方法得到羞怯至疏离感的直接效应在 95% 置信区间为 0.2822 至 0.4705, 羞怯至疏离感的间接效应在 95% 置信区间为 0.0725 至 0.1949。说明此中介效应有统计学意义。也就是羞怯对疏离感的直接效应为 0.376, 间接效应为 0.126, 中介效应占总效应的 25%, 情绪调节自我效能感为部分中介羞怯与疏离感的关系。

4. 讨论

对疏离感的探索, 现有研究主要集中在青少年疏离感的特点及家庭、生活方式等影响因素的初步探索。而本研究的结果表明, 情绪调节自我效能感与疏离感及其四个维度呈显著负相关, 也就是说, 疏离感较强的个体, 他们对自己能调节控制情绪的自信心更弱。这可能是当个体认为自己对自己的情绪更能把控时, 对自己的日常表现也更有信心, 与周围世界的“联系”就会更紧密, 相应的, 疏离感就减少了。现有文献对羞怯的研究较多的是不同年龄层次的羞怯的表现及其与人格的关系, 本研究选取了情绪调节自我效能感作为切入点。结果表明, 情绪调节自我效能感与羞怯呈显著负相关。这说明, 羞怯个体认为自己很难控制自己的情绪, 他们对情绪通常是“顺其自然”的。而羞怯与疏离感呈显著正相关, 这可以作为本研究中的“疏离感是羞怯的不良后果之一”的证据。

前人有研究, 羞怯通过情绪调节自我效能感对孤独感发挥作用(李彩娜等, 2013), 而相比较孤独感, 疏离感是更为特殊, 研究也较少的一种情感。它的产生有个体人格的原因, 也受到社会支持、周围环境、

群体、生活经历的影响。而本研究是从人格影响疏离感的思路出发,认为有羞怯表现较多的个体与出现疏离感的个体有较大的共生性。因为羞怯与疏离感的行为表现都是抑制型的。中介分析表明,情绪调节自我效能感部分中介了羞怯对疏离感的作用,这提示我们,羞怯情绪较多的人可以通过提升自己对调节情绪的能力的自信心来减少可能出现的疏离感。

5. 结论

- 1) 羞怯与疏离感呈显著正相关。
- 2) 羞怯与情绪调节自我效能感对疏离感有一定的预测作用。
- 3) 情绪调节自我效能感在羞怯与疏离感中起到部分中介作用。

6. 未来研究方向

本研究发现,羞怯通过情绪调节自我效能感部分调节疏离感,与其他研究一样证明了情绪调节自我效能感与心理健康关系密切,情绪调节自我效能感作为一个新的研究领域具有广阔的前景[6]。但是本研究仍有一些局限,如仅选取了一所大学的在校学生作为样本,代表性欠佳,不够多元化。另外,未来可以对情绪调节自我效能感进行更多的实证研究,更多的探讨其具体作用机制和影响因素,以及如何改变情绪调节自我效能感,以便更好地运用于生活。

基金项目

教育部人文社科项目资助,项目号:13YJC190015。

参考文献 (References)

- 陈瑞,郑毓煌,刘文静(2013). 中介效应分析:原理、程序、Bootstrap方法及其应用. *营销科学学报*, 9(4), 120-135.
- 邓军(2011). 大学生疏离感现状调查及与家庭功能及人际信任的关系研究. 硕士学位论文,福州:福建师范大学.
- 黄林洁琼,刘亚楠,张舒(2015). 羞怯与生命意义感的关系:疏离感的作用. *心理学进展*, 5(12), 798-804.
- 李彩娜,党健宁,何姗姗,李红梅(2013). 羞怯与孤独感——自我效能的多重中介效应. *心理学报*, 45(11), 1251-1260.
- 孙妮(2011). 羞怯的内隐联想测验及不同羞怯水平个体的面孔表情识别研究. 硕士学位论文,济南:山东师范大学.
- 汤冬玲,董妍,俞国良,文书锋(2010). 情绪调节自我效能感:一个新的研究主题. *心理科学进展*, 18(4), 598-604.
- 汪向东,王希林,马弘(1999). *心理卫生评定量表手册(增订版)*. 北京:中国心理卫生杂志社, 284-286.
- 杨东,吴晓蓉(2002). 疏离感研究的进展及理论构建. *心理科学进展*, 10(1), 71-72.
- 杨东,张进辅,黄希庭(2002). 青少年疏离感的理论构建及量表编制. *心理学报*, 34, 408-412.
- 张萍,张敏,卢家楣(2010). 情绪调节自我效能感量表在中国大学生中的试用结果分析. *中国临床心理学杂志*, 18(5), 568-570.
- Caprara, G. V., Di Giunta, L., Eisenberg, N., Gerbino, M., Pastorelli, C., & Tramontano, C. (2008). Assessing Regulatory Emotional Self-Efficacy in Three Countries. *Psychological Assessment*, 20, 227-237.
<http://dx.doi.org/10.1037/1040-3590.20.3.227>

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>