

# 初中生自我同一性水平与心理弹性的关系研究

陈永辉<sup>1</sup>, 朱 蕾<sup>2</sup>, 包鹤婷<sup>2</sup>

<sup>1</sup>闽南师范大学教育科学学院, 福建 漳州

<sup>2</sup>楚雄师范学院教育学院, 云南 楚雄

收稿日期: 2022年10月24日; 录用日期: 2022年11月18日; 发布日期: 2022年11月25日

## 摘 要

心理弹性是个体在面临困境时候表现出来的一种复原能力。本研究选取某中学初中生作为研究对象, 采用青少年自我同一性维度量表和心理弹性量表进行关系研究。研究结果发现: 1) 初中生自我同一性水平与心理弹性水平呈显著正相关关系; 2) 自我同一性的发展状况可以良好地解释心理弹性的发展状况。

## 关键词

自我同一性, 心理弹性, 相关分析, 回归

# The Relationship between Self-Identity Level and Resilience of Junior Middle School Students

Yonghui Chen<sup>1</sup>, Lei Zhu<sup>2</sup>, Heting Bao<sup>2</sup>

<sup>1</sup>School of Educational Science, Minnan Normal University, Zhangzhou Fujian

<sup>2</sup>School of Educational, Chuxiong Normal University, Chuxiong Yunnan

Received: Oct. 24<sup>th</sup>, 2022; accepted: Nov. 18<sup>th</sup>, 2022; published: Nov. 25<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

Resilience is an individual's resilience in the face of difficulties. In this study, junior high school students in a middle school in Yunnan Province were selected as the research objects, and the adolescent self-identity dimension scale and resilience scale were used to study the relationship. The results showed that: 1) There is a significant positive correlation between self-identity and resilience; 2) The development of self-identity can well explain the development of resilience.

## Keywords

### Self-Identity, Resilience, Correlation Analysis, Regression

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

要描述一个心理健康的人，不同的典籍会给出不同的标准。在积极心理学出现之前，大多数人认为没有精神症状的个体就是心理健康的人。随着积极心理学的发展，人们越来越意识到心理健康远不止没有精神症状那么简单。面对错综复杂的生活环境，人们面临压力和逆境时表现出来的坚韧性在衡量人的心理健康时起着重要的作用。而心理弹性恰好指代了这一现象，即个体经历过或正在经历的与心理问题高度关联的压力、逆境或创伤时，个体没有出现严重的心理与行为问题，或者能够发展得更好(林雅芳, 2014)。影响心理弹性的因素有许多，包括家庭、社会、学校和个人品质的因素。个体在生活中整合到的保护性因素越多，其在接触危险性因素时获得高心理弹性的可能性就越大。

## 2. 研究背景与问题提出

### 2.1. 自我同一性的研究模型

Erikson (1964)指出，青春期的核心任务是发展个体的自我同一性。其根据临床经验描述了青少年在发展后期的社会性危机，即自我同一性危机。如果青少年在这一时期能够顺利认识自我，从迷茫中建立价值观，以及与社会形成积极互惠的关系，那么就可以认为个体的自我同一性得以形成(徐薇, 寇或, 2010)。对于自我同一性的研究，学者在 Erikson 提出的理论上发展出了一系列的模型。其中，最具代表性的是 Luyckx 等人(2008)提出的双环模型。双环模型由五个维度组成：1) 广度探索：指个体在价值观和自身信念的驱使下，在做出承诺之前初步评估不同的选择；2) 深度探索：是指个体在做出选择后进行深入评估，探究与自身的信念是否吻合；3) 沉浸探索：是指个体在对于自身同一性问题难以给出满意的回答，因此产生了一些不良的症状；4) 做出承诺：表示青少年对同一性问题做出选择的程度；5) 认同承诺：指青少年对所作承诺的认同程度和内化程度。

### 2.2. 心理弹性的研究模型

最初研究心理弹性的模型是早期模型，分为补偿模型、挑战模型、调节模型和发展模型，这些模型均从不同角度阐述了心理弹性的发生机制，但都强调心理的保护性因素和危险性因素的对抗或交互作用。随着社会进步和科学心理学研究的发展，越来越多研究者开始从生态学、系统性的角度去研究心理弹性的机制问题，其整合模型也应运而生。其中最具有代表性的包括心理弹性的框架以及身心动态平衡模型。

孔普弗的心理弹性框架模型强调以个体内部的心理弹性因素为基点，在个体与环境相互作用的过程中发生了心理弹性过程。理查森的身心动态平衡模型认为在现实生活中个体处于一种平衡的状态中，一旦出现压力和逆境，个体为了维持身心的平衡，需要调动起内外的保护性因素来对抗危险性因素和逆境(林雅芳, 2014)。框架模型和身心动态平衡模型都从发展系统论和生态系统论的角度阐述了心理弹性的发生机制。

### 2.3. 自我同一性与心理弹性的关系研究

我们所处的是高速发展的信息化时代，由于新媒体的出现，原有的社会支持系统正慢慢失去作用，新的社会支持系统也应运而生，但依旧难以发挥缓解个体心理压力、增进个体心理健康，纷繁复杂的信息对处在社会化关键期的中学生造成了极其不利的影响。

目前关于中学生同一性的研究中，对自我同一性和心理弹性的直接研究较少，大多数是间接研究。关于这两者之间的具体关系如何，目前也还没有研究者进行系统的探讨。有研究家庭功能、父母教养方式、自我意识、网络社会支持与心理弹性的关系；有自我意识与班级心理环境、学业成就、学业动机、升学压力与心理弹性、积极情绪与压力适应、同伴关系与心理弹性的关系研究，这些研究都从某种程度上揭示了自我同一性与心理弹性之间的关系。但是究竟整体上两者间的关系如何，尚未有系统的研究。曾昱、沐守宽(2013)的研究表明，成就型同一性正向预测心理弹性、弥散型同一性负向预测心理弹性。

自我同一性是青少年期发展的主要任务，能帮助个体找到正确的人生发展方向，而心理弹性则贯穿个体的一生，能帮助个体应对困难和减少困难所带来的伤害。因此，探究自我同一性与心理弹性的直接关系，具有一定的理论意义和实践意义，进而提出研究假设 1 和假设 2。

假设 1：自我同一性水平与心理弹性水平呈显著正相关关系；

假设 2：通过建立回归方程探究自我同一性的发展状况可以良好地解释心理弹性的发展状况。

有鉴于此，从学生个体的自我同一性发展为出发点，从同一性的发展水平来看待学生个体的身心动态平衡发展，进一步探讨其自我同一性发展与心理弹性的关系。

## 3. 研究方法

### 3.1. 研究对象

本研究从云南某中学随机抽取初一、初二和初三的学生，共发放问卷 270 份，收回问卷 261 份，回收率为 96.67%。其中，有效问卷为 252 份，有效回收率为 93.33%。研究对象的具体分布，见表 1。

Table 1. The overall distribution of the subjects

表 1. 研究对象的总体分布

		初一	初二	初三	合计
性别	男	41	38	43	122
	女	49	45	36	130
合计		90	83	79	252

### 3.2. 研究工具

#### 3.2.1. 青少年自我同一性维度量表

采用国外研究者 Luyckx 等人提出，李小华(2013)翻译修订的《青少年自我同一性维度量表》，该量表有认同承诺、做出承诺、沉浸探索、广度探索和深度探索五个维度，采用从“非常不符合”到“非常符合”的 5 个等级计分。根据 Luyckx 等人(2008)的自我同一性双环模型理论，其沉浸探索得分越低越好而其他四个维度得分越高越好，因而为了统一计分，将沉浸探索维度定为反向计分，具体反向计分题目为 11、12、13 和 14 题。得分越高的青少年自我同一性形成越好，各因素的同质性系数为 0.72~0.92 之间，总问卷的信度  $\alpha = 0.90$ 。

### 3.2.2. 心理弹性量表

本研究采用胡月琴和甘怡群(2008)编制的《心理弹性量表》，共有五个维度：其一是人际协助，共有6个题目。其二是目标专注，共有5个题目。其三是情绪控制，共有6个题目。其四是家庭支持，共有6个题目。其五是积极认知，共有4个题目。量表采用五点计分制，反向计分的题目为1、2、5、6、9、12、15、16、17、21、26、27。统计分析后，得分高者表明其心理弹性水平越高。在本研究中，量表的同质性系数  $\alpha = 0.77$ 。

### 3.3. 研究程序

本研究以班级为单位进行团体施测，两个量表分别印刷在 A4 纸的正反面，在发放量表后由主试统一宣读指导语和测试要求，由被试独立完成问卷，并当场回收问卷。

### 3.4. 数据处理

本研究使用 SPSS 23.0 统计软件进行数据处理，采用描述性统计、相关分析和分层回归分析等统计方法对数据进行分析。

## 4. 结果

### 4.1. 自我同一性的总体情况

**Table 2.** The general case of self-identity  
**表 2.** 自我同一性的总体情况

因子	N	项目数	M	项目均值	SD
做出承诺	252	5	17.18	3.44	4.613
广度探索	252	3	11.38	3.79	2.743
沉浸探索	252	4	12.62	3.16	3.768
认同承诺	252	6	20.61	3.44	4.954
深度探索	252	3	9.79	3.26	2.762

本研究使用的自我同一性量表为5级记分制，取3为中间值，由表2可知，做出承诺、广度探索、沉浸探索、认同承诺和深度探索五个因子均处于中等偏上水平，学生在广度探索维度的得分最高，而在沉浸探索维度得分最低。

### 4.2. 心理弹性的总体情况

**Table 3.** The general case of mental resilience  
**表 3.** 心理弹性的总体情况

因子	N	项目数	M	项目均值	SD
目标专注	252	5	18.12	3.62	3.93
情绪控制	252	6	18.86	3.14	5.48
积极认知	252	4	14.96	3.74	3.46
家人支持	252	6	20.17	3.36	4.91
人际协助	252	6	19.96	3.33	5.90

本研究使用的心理弹性量表为 5 级记分制，取 3 为中间值，由表 3 可知，目标专注、情绪控制、积极认知、家人支持和人际协助五个维度的项目均值均处于中等偏上水平，学生在积极认知维度的得分最高，而在情绪控制维度得分最低。

### 4.3. 自我同一性水平与心理弹性的相关分析

**Table 4.** Correlation analysis between self-identity level and mental resilience

**表 4.** 自我同一性水平与心理弹性的相关分析

	做出承诺	广度探索	沉浸探索	认同承诺	深度探索	目标专注	情绪控制	积极认知	家人支持	人际协助	同一性总分	心理弹性总分
做出承诺	1											
广度探索	0.351**	1										
沉浸探索	0.153*	-0.155*	1									
认同承诺	0.652**	0.554**	0.032	1								
深度探索	0.203**	0.319**	-0.168**	0.386**	1							
目标专注	0.502**	0.452**	0.090	0.547**	0.321**	1						
情绪控制	0.301**	0.133*	0.321**	0.331**	0.056	0.334**	1					
积极认知	0.317**	0.450**	0.008	0.469**	0.303**	0.610**	0.215**	1				
家人支持	0.242**	0.258**	0.075	0.292**	0.218**	0.395**	0.254**	0.254**	1			
人际协助	0.196**	0.189**	0.186**	0.380**	0.252**	0.362**	0.519**	0.306**	0.370**	1		
同一性总分	0.814**	0.600**	0.306**	0.874**	0.482**	0.610**	0.391**	0.480**	0.341**	0.387**	1	
心理弹性总分	0.424**	0.387**	0.217**	0.556**	0.311**	0.717**	0.711**	0.606**	0.656**	0.783**	0.610**	1

注：\* 在 0.05 级别(双尾)，相关性显著；\*\* 在 0.01 级别(双尾)，相关性显著。

根据表 4 的相关分析结果可知，自我同一性总分与心理弹性总分呈显著的正相关关系，自我同一性与心理弹性量表的目标专注、情绪控制、积极认知、家人支持和人际协助等维度分呈显著的正相关关系。自我同一性的沉浸探索与心理弹性的目标专注、积极认知和家人支持等三个维度不存在显著的相关关系。

### 4.4. 分层回归分析

以心理弹性为因变量进行分层回归分析，其中，第一层为控制变量，其中包括生源地、年级、性别、是否独生和是否为班干部等五个人口学变量，第二层自变量为自我同一性。建立的分层回归分析模型如下：

**Table 5.** Summary of the Model

**表 5.** 模型摘要

模型	R	R <sup>2</sup>	调整后R <sup>2</sup>	标准估算的误差
1	0.273 <sup>a</sup>	0.075	0.056	16.182
2	0.641 <sup>b</sup>	0.411	0.396	12.939

a) 预测变量：(常量)，生源地，性别，是否为班干部，年级，是否独生；

b) 预测变量：(常量)，生源地，性别，是否为班干部，年级，是否独生，同一性总分。

**Table 6.** Analysis of regression  
**表 6.** 回归分析

	模型	平方和	自由度	均方	<i>F</i>	显著性
1	回归	5188.636	5	1037.727	3.963	0.002 <sup>b</sup>
	残差	64418.931	246	261.866		
	总计	69607.567	251			
2	回归	28590.732	6	4765.122	28.463	0.000 <sup>c</sup>
	残差	41016.836	245	167.416		
	总计	69607.567	251			

a) 因变量: 心理弹性总分; b) 预测变量: (常量), 生源地, 性别, 是否为班干部, 年级, 是否独生; c) 预测变量: (常量), 生源地, 性别, 是否为班干部, 年级, 是否独生, 同一性总分。

从表 5 和表 6 呈现的结果可以看到, “模型 2”控制了人口学的变量的影响, 相关系数  $R = 0.641$ , 模型判定系数  $R^2 = 0.411$ , 回归方程判定系数的  $F$  检验值为 28.463, 其显著性  $p < 0.001$ , 表明模型的判定系数具有统计学意义, 即可以认为控制掉人口学变量的影响后, 用自我同一性水平解释心理弹性水平是有意义的( $B = 37.470, t = 4.999, p < 0.001$ ), 可以解释其 41.1% 的变异。

## 5. 讨论

### 5.1. 自我同一性与心理弹性的相关分析

近些年来, 心理弹性作为一个研究热点被越来越多心理学研究者关注, 多数研究者从家庭和学校的角度入手, 探究家庭关系、父母支持、自我意识和学业动机等因素与心理弹性的关系, 但直接研究自我同一性与心理弹性的关系的研究较少。根据表 4 的相关分析结果可知, 中学生的自我同一性与心理弹性存在着显著的相关关系, 这与李静静(2015)的研究结果相一致。自我同一性得分越高的个体, 其目标就越专注, 可能是因为个体对自我的认识、奋斗目标和坚持的动力比较清晰, 在完成任务的时候大多可以依靠自己的能力, 能够主动排除外界的干扰, 从而更加专注于完成目标的过程。自我同一性得分越高, 个体就越能掌控日常的情绪, 能够对于身边的新事物采取积极的认知, 可能是随着自我同一性的发展, 个体的稳定性越高, 思维越成熟, 能够理性地看待生活。此外, 自我同一性发展的越好的个体, 往往能够得到更多的家人支持和同伴协助。

自我同一性的沉浸探索维度与心理弹性的目标专注、积极认知和家人支持等三个维度不存在显著的相关关系。徐薇、寇彧(2010)等认为, 沉浸探索得分低的个体很难对同一性的问题作出回答, 在日常生活中难以做出一些选择, 因此容易带来一些不适应的症状。沉浸探索得分低的个体在现实生活中可能表现的比较纠结, 比较难做出肯定的抉择, 因此对于目标的指向性可能不准确, 所以导致没法清晰地认识目标, 得到家人的支持比较少。

自我同一性得分高的个体代表其发展得越好。同一性发展良好的个体往往能多方搜集信息, 目标指向性明确, 具备较强的自立本领, 能够在生活中与人积极交流并寻求支持, 因此在成长过程中碰到各种各样的问题比较能够正面对待, 想办法去解决问题, 即使受了挫折也能更快地恢复过来, 反映了个体的心理弹性就越强。特别是面对重大创伤类事件, 自我同一性发展良好的个体更快地从阴影中走出来。

### 5.2. 自我同一性与心理弹性的回归分析

自我同一性与心理弹性的分层回归分析结果可知, 控制掉人口学变量可能产生的影响后, 得到的回

归结果更加准确。与李静静(2015)的研究结论相一致,自我同一性的水平对心理弹性水平具有显著的解释力,并对其产生了显著的影响。

在日常的学习生活中,班级里面总是能看到部分学生表现得比较积极活泼,这类学生通常比较有新的想法,知道自己的目标是什么,并且敢于表达。在其他同学们看来,这些比较活泼的同学往往勇于接受挑战,不惧困难,整体积极自信的面貌通常可以反映出该学生个体的心理弹性要比其他同学高。

青少年期的主要任务是形成良好的自我同一性,自我同一性发展良好的个体能够形成正确的认知并寻找更多的社会支持,良好地促进心理弹性的发展,而良好的心理弹性作为个体面临重大困难和逆境时的一种保护性因素,可以在出现困难时从认知系统、目标关注、社会支持等方面提供援助,帮助个体减少逆境所带来的伤害,促使个体更快地从逆境中恢复过来。

### 5.3. 理论贡献、不足与展望

本研究的贡献在于:采用 Luyckx 等人(2008)对于青少年自我同一性的双环模型理论,对学生的自我同一性进行测量,同时结合心理弹性进行了相关分析和分层回归分析,将自我同一性的水平与心理弹性水平建立了直接联系,探究影响心理弹性的又一可能因素。

当然,如果有条件对本研究进行改进,做一个具有时间跨度的发展性研究,建立一个发展模型,这样的研究结果将更具有说服力。

## 6. 结论

本研究验证了“自我同一性水平与心理弹性水平呈显著正相关关系”,以及“通过建立回归方程探究自我同一性的发展状况可以良好地解释心理弹性的发展状况”的理论假设。换言之,自我同一性发展良好的个体,往往能积极地应对困难,并且能更好地适应逆境生活。

## 基金项目

国家社会科学基金青年项目“理解善恶意图影响信任的心理和神经机制研究”(20CSH069)。

## 参考文献

- 曾昱,沐守宽(2013). 家庭功能与心理弹性的关系:自我同一性的中介作用. *漳州师范学院学报(自然科学版)*, (4), 115-120.
- 胡月琴,甘怡群(2008). 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, 40(8), 902-912.
- 李静静(2015). *中学生自我同一性发展及其与心理弹性、班级环境的关系研究*. 硕士学位论文,温州:温州大学.
- 李小华(2013). *青少年的自我同一性形成结构、特点及其影响因素*. 硕士学位论文,广州:广州大学.
- 林雅芳(2014). *心理弹性*. 江苏凤凰教育出版社.
- 徐薇,寇彧(2010). 自我同一性研究的新模型——双环模型. *心理科学进展*, 18(5), 725-733.
- Erikson, E. H. (1964). *Childhood and Society*. Norton.
- Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., & Goossens, L. (2008). Capturing Ruminative Exploration: Extending the Four-Dimensional Model of Identity Formation in Late Adolescence. *Journal of research in Personality*, 42, 58-82. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.004>