

# 成年女性 A 型行为与孤独感关系研究

唐 帅, 宋耀武

(河北大学 教育学院, 河北 保定 071002)

**摘 要:**采用方便取样方法抽取保定、北京、唐山三地 216 名成年女性为被试,以 A 型行为量表(TABP)和孤独分类量表(DLS)为测量工具,对成年女性 A 型行为与孤独感的特点以及两者的关系进行探讨。结果表明:(1)成年女性的 A 型行为与孤独感在年龄、文化程度、婚姻状态等方面存在显著差异,成年中期女性得分显著高于成年早期女性;(2)成年女性的 A 型行为中的竞争性因子与孤独感存在显著的正相关关系,尤其与其中的友谊关系和集体关系因子存在显著的正相关关系。

**关键词:**成年期;女性;A 型行为;竞争性;孤独感

**中图分类号:**B844.3

**文献标志码:**A

**文章编号:**1674-2494(2015)02-0093-06

成年期包含成年早期、成年中期及成年晚期也就是老年期,本研究将成年女性定义为成年早期和中期的女性,即 18~60 岁的成年女性,其中 18~35 岁为成年早期,35~60 岁为成年中期。成年早期个体面临着毕业、就业、婚姻、家庭、养育子女等诸多问题,进入成年中期以后,他们的事业成果逐年积累,家庭成员增多,因此他们越发需要奋力兼程,不惜代价地工作<sup>[1]</sup>。

当今时代,成年女性与男性一样参与到激烈的社会竞争当中。激烈的社会竞争会影响成年女性的行为,她们会表现出以往社会中较少表现的 A 型行为特征。A 型行为是由两位美国心脏病医生梅伊·弗瑞德曼(M. Friedman)和瑞·罗森曼(R. H. Rosenman)提出的,其行为特点是好胜心强、追求成就、具有竞争性、做事匆忙、急躁、反应快而强烈、易受激怒、常有时间紧迫感和敌意倾向等,而 B 型行为是指相对缺乏这类特点的行为或性格<sup>[2]</sup>。

孤独感是当个体感受到缺乏令人满意的人际关系,自己对交往的渴望与实际水平产生差距时而引起的一种主观心理感受或体验<sup>[3]</sup>。研究表明友谊支持是青少年孤独感的很好指标<sup>[4]</sup>,而负性生活事件对孤独感有直接影响<sup>[5]</sup>。处在激烈社会竞争下的成年女性很少会拥有令人满意的人际关系,由此引发的一些负性生活事件,很可能令他们体会到孤独感。以往研究更多关注儿童、青少年和老年人的孤独感,而对成年人特别是成年早、中期女性的孤独感状况关注较少,鉴于此,本研究的主要目的是探讨成年女性的 A 型行为与孤独感之间的关系。

## 一、研究方法

### 1. 研究对象

选取保定、北京、唐山三地的部分高校、企事业单位、医院、个体商户和服务业人员中的成年女性发放调查问卷,共发放问卷 295 份,收回问卷 285 份,其中有效问卷为 216 份,有效回收率为 82.5%。被试中未婚 173 人(80.1%),已婚 43 人(19.9%);独生子女 57 人(26.4%),非独生子女 159 人(73.6%);城镇 108 人(50%),农村 108 人(50%)。

### 2. 研究工具

(1)A 型行为量表(TABP)。采用由张伯源等编制而成的量表,该量表包含 3 部分共 60 个题项,分别

收稿日期:2014-12-10

作者简介:唐 帅(1991-),女,河北承德人,硕士研究生,主要研究方向为心理健康教育。

为时间紧迫感、竞争性和敌意、真实校正题。先计算真实校正量表的分值:如果大于等于 7 分说明真实性不够,结果无效,测验作废;如果小于 7 分,说明测验有效,可接着计算另外两个因子的得分。根据这两个因子的合计得分判断行为类型。人群常模(即一般人群抽样测试的标准得分)平均值为 28 分。该问卷的  $\alpha$  信度系数为 0.751。

(2)孤独分类量表(DLS)。该量表共涉及 60 个题项,包括 4 个因子,分别是友谊关系、家庭关系、性爱关系和集体关系。对或错的回答说明每条只得 1 分,由此总量表分值范围当为 0~60(无孤独~极度孤独),得分越高则显示越孤独。通过 SPSS19.0 计算本研究数据的  $\alpha$  信度系数为 0.846,具有较高信度。

### 3. 数据分析

采用 SPSS19.0 对实验数据进行分析,主要包括 T 检验、方差分析、相关分析等。

## 二、研究结果与分析

### 1. 成年女性 A 型行为的得分分布情况

#### (1)成年女性 A 型行为类型分布

我国对 A 型行为的评定划分为 5 种类型,根据评分标准将所调查的成年女性的 A 型行为类型统计如表 1。结果显示,成年女性中 A 型行为占调查人数的 15.7%。

#### (2)成年女性 A 型行为量表得分与常模比较

A 型行为量表的常模得分为 28 分,采用单样本 T 检验的方法,对成年女性 A 型行为得分进行差异检验,结果显示成年女性的 A 型行为与常模比较在 0.01 水平上存在显著性差异( $t=-12.241, p<0.01$ ),结果见表 2。

#### (3)不同年龄阶段的成年女性的 A 型行为分析

采用单因素方差分析的方法,对不同年龄阶段的成年女性的 A 型行为进行差异检验,结果见表 3。

表 1 成年女性 A 型行为类型频数统计表

行为类型	频数	百分比/%	累积百分比/%
偏 A 型行为	34	15.7	15.7
中间型行为	31	14.4	30.1
偏 B 型行为	91	42.1	72.2
B 型行为	60	27.8	100.0
合计	216	100.0	

表 2 成年女性 A 型行为得分与常模的差异检验

维度	N	M	SD	t	p
A 型行为	216	23.17	5.80	-12.241**	0.000

注:\*\*为  $p<0.01$ 。

表 3 不同年龄被试 A 型行为得分的方差分析表

维度	SS	df	MS	F	p	多重比较	
A 型行为	组间	479.13	3	159.71			
	组内	6 760.87	212	31.89	5.008**	0.002	36~45>46 以上>26~35>18~25
	总数	7 240.00	21				
时间紧迫感	组间	67.62	3	22.54			
	组内	2 105.71	212	9.93	2.269	0.081	
	总数	2 173.33	215				
竞争性	组间	208.01	3	69.34			
	组内	2 685.32	212	12.67	5.474**	0.001	46 以上>36~45>26~35>18~25
	总数	2 893.33	215				
L 掩饰	组间	57.21	3	19.07			
	组内	382.68	212	1.81	10.564**	0.000	26~35>36~45>46 以上>18~25
	总数	439.88	215				

注:\*\*为  $p<0.01$ 。

研究表明不同年龄阶段的成年女性的 A 型行为存在显著差异,表现为 36 岁至 46 岁以上者的得分高于 18 岁至 35 岁的成年女性。

#### (4)不同婚姻状态成年女性 A 型行为特点分析

采用独立样本 T 检验的方法,对不同婚姻状态的成年女性 A 型行为特点进行分析,结果见表 4。

研究表明,不同婚姻状态的成年女性存在显著差异( $t=-3.13, p<0.01$ ),即已婚女性的 A 型行为得分极其显著高于未婚女性,已婚女性表现为更典型的 A 型行为。

此外,有无子女的成年女性 A 型行为得分在 0.01 水平上存在显著差异( $t=3.315, p<0.01$ ),其中有子女的成年女性表现为更典型的 A 型行为。不同文化程度成年女性 A 型行为得分存在显著差异 ( $F=2.840, p<0.05$ ),文化程度越高的女性表现为更典型的 A 型行为,而文化程度越低成年女性则表现为偏 B 行为。

#### 2.成年女性孤独感的得分分布情况

##### (1)不同年龄成年女性孤独感差异

采用单因素方差分析的方法,对不同年龄成年女性的孤独感进行差异检验,结果如表 5。

表 5 不同年龄成年女性孤独感得分方差分析

维度	SS	df	MS	F	p	多重比较	
家庭关系	组间	291.93	3	97.31	6.425**	0.000	3>2>1>4
	组内	3 210.94	212	15.15			
	总数	3 502.87	215				
性爱关系	组间	39.57	3	13.19	1.330	0.265	
	组内	2 102.09	212	9.92			
	总数	2 141.66	215				
友谊关系	组间	460.65	3	153.55	9.561**	0.000	4>3>2>1
	组内	3 404.90	212	16.06			
	总数	3 865.55	215				
集体关系	组间	42.61	3	14.20	7.436**	0.000	3>2>4>1
	组内	404.88	212	1.91			
	总数	447.48	215				
孤独感	组间	1 962.64	3	654.21	6.771**	0.000	3>4>1>2
	组内	20 482.4	212	96.62			
	总数	22 445.0	215				

注:1 为 18-25 岁;2 为 26-35 岁;3 为 36-45 岁;4 为 46 岁以上。\*\*为  $p<0.01$ 。

表 4 不同婚姻状态成年女性 A 型行为得分的差异检验

婚姻	N	M	SD	t	p	
A 型行为	未婚	173	22.55	5.56	-3.13**	0.002
	已婚	43	25.63	6.16		

注:\*\*为  $p<0.01$ 。

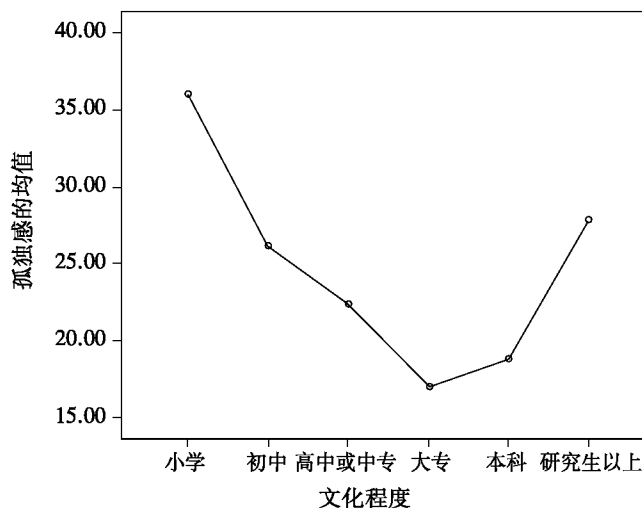


图 1 不同文化程度成年女性孤独感得分均值

表 6 不同文化程度成年女性孤独感得分方差分析

维度		SS	df	MS	F	p	多重比较
家庭关系	组间	150.33	5	30.07			
	组内	3 352.54	210	15.96	1.883	0.099	
	总数	3 502.87	215				
性爱关系	组间	70.49	5	14.10			
	组内	2 071.17	210	9.86	1.429	0.215	
	总数	2 141.66	215				
友谊关系	组间	331.02	5	66.20			
	组内	3 534.53	210	16.83	3.933**	0.002	1>6>2>3>5>4
	总数	3 865.55	215				
集体关系	组间	17.96	5	3.59			
	组内	429.52	210	2.05	1.756	0.123	
	总数	447.48	215				
孤独感	组间	1 518.87	5	303.776			
	组内	20 926.21	210	99.649	3.048*	0.011	1>6>2>3>5>4
	总数	22 445.09	215				

注:1为小学,2为初中,3为高中或中专,4为大专,5为本科,6为研究生及以上。\*\*为 $p<0.01$ ,\*为 $p<0.05$ 。

通过对数据进行方差分析发现不同年龄成年女性孤独感得分存在显著性差异,并且随着年龄的逐步增大,孤独感得分也在不断增大,其中36~45岁年龄段的女性孤独感得分最高。

#### (2)不同文化程度的成年女性孤独感得分差异

采用单因素方差分析的方法,对不同文化程度的成年女性孤独感得分进行差异检验,结果见图1和表6。由图表可以得出,不同文化程度的成年女性的孤独感得分存在显著差异( $F=3.048, p<0.05$ ),具有高中或中专、大专和本科文化程度的孤独感水平低于其他文化程度的成年女性,其中在友谊关系上的得分存在存在极其显著差异( $F=3.933, p<0.01$ )。

此外,不同婚姻状态的成年女性在孤独感的得分上有显著差异,其中在友谊关系和集体关系因子得分存在极其显著差异,已婚女性的孤独感得分极其显著高于未婚女性,在家庭关系因子上的得分存在显著差异,已婚女性的孤独感的得分显著高于未婚女性。有无子女的成年女性孤独感得分有显著差异,有子女的女性的孤独感得分高于无子女的女性。

#### 3. A型行为各因子与孤独感各因子的相关分析

采用皮尔逊简单相关分析的方法,对A型行为各因子与孤独感各因子进行相关分析,结果见表7。由表7可以看出,竞争性因子与孤独感存在显著的正相关关系。

### 三、讨论

#### 1.成年女性A型行为的特点

在所调查的成年女性群体中,A型行为者占调查人数的15.7%,这与以往研究<sup>[9]</sup>的结果基本一致,但成年女性的A型行为得分与常模比较存在显著差异,成年女性中A型行为得分显著低于常模,其中有25.9%的人高于常模,因此可以看出大部分成年女性的好胜心、竞争性、时间紧迫感并不是太高,但与常模进行比较可以看出有四分之一的女性A型行为得分高于常模,而这四分之一中大部分为成年中期女性。埃里克森认为,人的一生可以分为既连续又不同的八个阶段,每个阶段都有其特定的发展任务,根据他的观点,成年中期处于第七阶段,这一阶段发展的主要任务是获得创生感、避免停滞感、体验着关怀的

表7 A型行为得分与孤独感得分的相关分析表

维度	时间紧迫感	竞争性	L掩饰	家庭关系	性爱关系	友谊关系	集体关系	A型行为	A型行为类型	孤独感
时间紧迫感	1									
竞争性	0.43**	1								
L掩饰	-0.008	0.018	1							
家庭关系	0.027	0.078	0.137*	1						
性爱关系	-0.019	0.049	-0.049	0.558**	1					
友谊关系	0.053	0.202**	0.085	0.628**	0.327**	1				
集体关系	0.157*	0.162*	0.087	0.405**	0.167*	0.602**	1			
A型行为	0.823**	0.870**	0.007	0.064	0.021	0.156*	0.189**	1		
A型行为类型	-0.772**	-0.798**	-0.025	-0.020	0.000	-0.162*	-0.175**	-0.928**	1	
孤独感	0.049	0.153*	0.086	0.885**	0.689**	0.849**	0.603**	0.123	-0.10	1

注:\*\*为 $p < 0.01$ , \*为 $p < 0.05$ 。

实现。此处的“创生”既包括履行父母的职责,如生儿育女,也包括被称之为“生产力”、“创造力”等内容,如积极参与竞争,为社会作出贡献等。因此,此时的成年女性面临着工作与家庭的冲突,很容易体验到时间紧迫,感到急躁与易受激怒,表现为A型行为。

研究还发现,不同年龄与婚姻状态女性A型行为量表的得分存在显著差异,随着年龄的增大,A型行为得分明显增大,36~45岁与46岁以上年龄段的得分显著高于36岁以下的女性,也就是成年中期的女性比成年早期女性表现为更明显的A型行为。根据哈维格斯特(R.Havighurst)的观点,成年中期不仅是个体对社会影响最大的时期,也是社会向个体提出最多、最大要求的时期。他将成年中期的发展任务具体归纳为七点:(1)履行成年人的公民责任与社会责任;(2)建立与维持生活的经济标准;(3)开展成年期业余活动;(4)帮助未成年的孩子成为有责任心的、幸福的成年人;(5)同配偶保持和谐的关系;(6)承受并适应中年人生理上的变化;(7)与老年父母适应。成年中期是一个充满挑战的阶段,尤其是当今社会的成年女性,她们需要精心培养孩子,使其成为有责任心的幸福的成年人;面对工作压力,并达到和保持职业活动的满意水平;与此同时她们还需要尽心照顾老人与家庭,履行相应的社会职责。在多重角色和责任的压力之下,成年女性会感觉到时间紧迫,做事匆忙、急躁,情绪不稳等状态,表现为A型行为。

## 2.成年女性孤独感的特点

本研究结果表明,不同年龄的成年女性的孤独感是有明显差异的,具体表现为年龄越小的个体的孤独感得分越低,而随着年龄的增大,孤独感逐渐增强,与以往研究一致,在36~45岁期间孤独感达到最高。根据杜瓦尔(Dewar)所提出的家庭生命周期模式,36岁至60岁的女性面临着与子女的冲突、夫妻间的争吵以及孩子离家等情况。另外,成年中期正是出现中年危机现象的时期,即个体会经历身心疲惫,主观感受痛苦,感到孤独与压力,因此在孤独感各因子如家庭关系、友谊关系和集体关系方面存在显著性差异。

研究结果还表明不同文化程度的成年女性孤独感得分存在明显差异,高于大专学历的女性,文化程度越高,孤独感越高,而低于大专学历的女性文化程度越低,孤独感越高。孤独感呈一个类似U型的关系,处在中间程度的女性能更好地处理人际关系,感受较少的孤独感。根据马斯洛的需要层次理论,文化程度越高,对生活的期望就越高,尤其是对精神生活满足的渴求越高,这样的人会更孤独,因此可以解释文化程度在大专至研究生以上的成年女性孤独感的得分依次递增;但同时经济状况也影响个体的孤独感,一般而言,现今社会学历仍然是影响居民收入的重要因素,文化程度高给个体解决了经济方面的各种问题,而文化程度较低的个体则存在低层次需要较难以满足的状况,容易体验到孤独感。

### 3.关于 A 型行为各因子与孤独感各因子的相关分析

结果表明,成年女性 A 型行为与孤独感不存在显著的正相关,并未证明研究假设,但 A 型行为中的竞争性因子与孤独感存在显著的正相关关系,A 型行为得分也与孤独感量表中的友谊关系与集体关系存在显著的正相关关系。

女性竞争性太强会影响到她和朋友、集体的关系,竞争性太强的人容易以自我为中心,她们在社会交往中更愿意表现自己,处处期待别人首先接纳自己、喜欢自己,根据人际关系的交互原则来讲,这种以自我为出发点而不是以他人为出发点,较少注意到他人的感受的交往倾向,则很可能造成人际关系的困难和人际交往障碍,因此在友谊关系与集体关系方面难免感觉到孤独。大量研究而也表明,对我们表现友好的人,我们也倾向于向他们表现友好,而在社交交往中竞争性过强,则很可能导致其他人的排斥与疏远。从认知加工的角度,对于孤独感的产生,研究者强调个体对社会关系的知觉、比较和评价,帕普劳和泼曼提出,当个体知觉到两种关系即当个体渴望的社交模式和实际的社交模式之间存在差异时,就会感到孤独,竞争性强的女性在人际交往中体验到排斥与疏远,自然与自己所渴望的社交模式产生差异,容易体会到孤独感,因此竞争性可以作为成年女性孤独感的一个预测因素。竞争性导致个体的人际关系变差从而使其体验到孤独感,但同时竞争性也是作为成年女性适应当今社会的结果,具有上进心、追求成就也使当今女性更好地在社会上立足,她们尽其所能做最佳父母,会努力尽职并不断改进,尽力争取成为更完善的人,努力达到自我实现,因此何种程度的竞争性更有利于成年女性的发展还需要进一步深入研究。

### 参考文献:

- [1]林崇德.发展心理学[M].北京:人民教育出版社,2009.
- [2]张伯源.心血管病人心身反应特点的研究[J].心理学报,1985(3):314-319.
- [3]李传银,王 燕.孤独心理研究的回顾[J].社会心理研究,1999(1):35-44.
- [4]田录梅.父母支持、友谊支持对早中期青少年孤独感和抑郁的影响[J].心理学报,2012,44(7):944-956.
- [5]李宜萍,罗桂明,蔡水清.师范大学生孤独感影响因素分析[J].中国公共卫生,2009,25(9):1047-1048.
- [6]刘连龙.A 型行为类型与大学生心理健康关系研究[J].高等理科教育,2004(6):62-65.

## On the Relationship Between Type-A Behavior and Loneliness in Adulthood of Female

Tang Shuai, Song Yaowu

(College of Education, Hebei University, Baoding, Hebei 071002, China)

**Abstract:** In order to explore characteristics and relations of type-A behavior and loneliness of adult female, we selected 216 adult women from Tangshan, Baoding and Beijing as subjects with the method of convenient sampling and used Type-A Behavior Scale (TABP) and Differential Loneliness Scale (DLS) as measuring tools. Results are as follows: (1) The Type-A behavior and loneliness of female women are different in different ages, on different educational levels and marital status, the women in middle adulthood scored significantly higher than in early adulthood. (2) There is a significant positive correlation relationship between competition factors and loneliness, especially with friendship factor and collective relationship factor, loneliness is extremely related to competition factor.

**Key words:** Adulthood; female; Type-A behavior; competition; loneliness;

(责任编辑 石丽娟)