

# 初中生乐观与时间自我认知的关系

夏冬丽<sup>1</sup>, 张慧英<sup>2</sup>, 宫火良<sup>1</sup>

(1. 河南大学 教育科学学院, 河南 开封 475004; 2. 河南大学 工商管理学院, 河南 开封 475004)

**摘 要:**通过采用生活定向测验和画圆测验对 584 名初中生进行施测, 系统探讨初中生乐观水平和时间自我认知间的关系。研究结果表明:(1)不同性别初中生乐观水平间差异显著, 女生的乐观水平显著高于男生; 是否独生子女初中生乐观水平间无显著差异, 不同年级初中生乐观水平间也不存在显著差异。(2)不同时间支配类型初中生乐观水平间差异显著, 未来支配和时间均衡初中生的乐观水平显著高于过去支配和现在支配初中生; 不同时间取向初中生乐观水平间差异显著, 未来取向初中生的乐观水平最高, 过去取向初中生的乐观水平最低; 不同时间关联性初中生乐观水平间无显著差异。从结果可以看出, 乐观初中生的时间自我认知主要聚焦于未来自我而非过去自我和现在自我。

**关键词:**初中生; 乐观; 时间自我认知; 生活定向测验; 画圆测验

**中图分类号:**G444

**文献标志码:**A

**文章编号:**1674-2494(2012)05-0119-05

乐观, 依《辞海》的定义是指世上人、事、物皆觉快然而自足的持久性心境, 与“悲观”相对。但在西方社会中, 首先是一些哲学家在 17 世纪时注意到了乐观和悲观, 并把乐观和悲观解释为人类能够达到准确预测未来的能力<sup>[1]</sup>。20 世纪后期以来, 健康专家、心理学家越来越认识到积极思考的益处, 乐观作为一种显著的积极的体验, 在社会、个性以及临床心理学中正日益受到关注。Scheier 等人在 1986 年首次提出了乐观人格(dispositional optimism)的概念, 也有研究者称之为气质性乐观, 他们将乐观人格定义为是对未来好结果的总体期望<sup>[2]</sup>。大量研究表明, 乐观者更有可能寻找到良好的健康行为与社会支持, 积极的情绪状态能够预防疾病的发生。这些研究发现乐观状态的个体拥有很强的免疫力<sup>[3]</sup>, 很少得病和看病<sup>[4]</sup>。Schweizer 等人在 2001 年的研究表明, 个人乐观与生活满意度呈显著正相关, 和抑郁呈显著负相关。抑郁和生活满意度是心理健康的最基本的组成部分<sup>[5]</sup>, 所以, 乐观是心理健康最重要的预测变量。同时, 还有研究发现, 在压力情境下乐观者比悲观者工作表现得更好<sup>[6]</sup>。

自从 1890 年 James 首次系统提出自我概念以后, 自我就成为了心理学研究的一个焦点, 很多研究者从不同的侧面对自我展开了复杂的研究。其中, 从时间的关系维度可将自我分为过去自我(past self)、现在自我(present self)和未来自我(future self)进行分析。过去自我是个体对自己的过去特性的认识和评价; 现在自我是个体对自己当前状态的认知和评价; 未来自我是个体对未来自己的认识和评价。对过去、现在、未来不同时间维度上自我的认识称为时间自我(temporal self)<sup>[7]</sup>。

初中学生正处于青春期, 是各种心理素质形成的关键时期。在这个时期, 如果能够帮助初中生形成乐观的人格品质, 对其一生的发展都是大有裨益的。从 Schweizer 等人关于乐观人格的定义不难看出, 乐观是具有时间指向性的, 因此, 系统了解时间自我认知与乐观之间的关系, 对于初中生乐观人格的培养具有重要的参考价值。

## 一、研究方法

### (一)被试

采用整群随机取样的方法, 在河南省郑州市和开封市, 抽取 4 所中学, 发放问卷 640 份, 发放对象为初中一、二、三年级的学生, 回收问卷 600 份, 回收率为 93.5%。其中有效问卷共计 584 份, 问卷有效率为 97.3%。被试基本情况如下: 男生 299 人, 女生 285 人; 初一 190 人, 初二 192 人, 初三 202 人; 独生子女 298 人, 非独生子女 286 人。

收稿日期: 2012-06-02

基金项目: 河南省哲学社会科学规划青年项目“青少年自杀意念的成因及干预”(2010CJY011)

作者简介: 夏冬丽(1984-), 女, 河南周口人, 心理学硕士, 主要研究方向为心理健康教育。

## (二)研究工具

### 1.生活定向测验修订版(Life Orientation Test-Revised Scale, LOT-R)

本研究采用 Scheier 等人在 1994 年修订的 LOT 作为乐观人格的测量工具。该量表采用 5 点 Likert 评分标准,先把负向描述的题目反向记分,然后所有题目相加求出总分,得分越高就表示越悲观。修订版共 6 个题目,Cronbach's  $\alpha$  是 0.78,4 个月后的重测信度是 0.68,一年后的重测信度是 0.60,两年后的重测信度是 0.56<sup>[8]</sup>。在本研究中,LOT-R 的内部一致性系数是 0.50,达到了可接受的水平。

### 2.画圆测验

本研究采用黄希庭和郑涌的“时间透视的自我整合”中的画圆测验考察被试的时间自我认知特征。该问卷是一个投射测验,通过画三个圆来代表自己的过去、现在和未来,并根据这三个圆的大小、位置关系和方向性,在时间支配、时间取向和时间关联性三类指标上考察个体的时间自我认知:(1)时间支配,指过去、现在和未来三者何者占据时间透视的意识重心和注意焦点,并显示其在态度和行为方面的支配地位。根据分别标志过去、现在和未来的三个圆何者最大,相应地将时间支配分为过去支配、现在支配和未来支配;如果过去、现在和未来大小大体相当,称为时间均衡。(2)时间取向,指时间透视的方向性和发展性,是从过去向未来的积极地延伸,还是消极地黯淡。对三个圆的大小进行比较,如果“过去>现在>未来”,定义为过去取向;如果“过去<现在<未来”,定义为未来取向;此两种情形外,一律列为其他。(3)时间关联性,指个人的时间透视中,过去、现在和未来三者之间的结构关系。对于任两圆的位置关系,分离计 0 分,接触计 1 分,部分重叠计 2 分,包含计 3 分。然后根据过去与现在、过去与未来、现在与未来三种关系的累计得分,将时间关联性分为分离(0 分)、连续(1~3 分)和包含(4~9 分)三类<sup>[9]</sup>。

### (三)施测与数据处理

以班级为单位进行团体施测,由受过训练的硕士研究生做主试。采用 SPSS16.0 软件进行数据管理,涉及方差分析和独立样本  $t$  检验等统计分析方法。

## 二、结果与分析

### (一)初中生乐观水平的人口学特征

#### 1.不同性别初中生乐观水平的差异分析

为了了解初中生乐观水平在性别上的差异,我们使用独立样本  $t$  检验对不同性别初中生乐观水平总分做了比较,其结果如表 1 所示。

表 1 不同性别初中生乐观水平的差异比较

	性别	平均数	标准差	$t$
乐观总分	男	15.21	3.42	8.28**
	女	14.54	2.78	

注:\*为  $p < 0.05$ ,\*\*为  $p < 0.01$ ,下同。

由表 1 可以看出,不同性别初中生乐观水平总分间存在显著性差异,其中女生的乐观水平要显著高于男生。

#### 2.是否独生子女初中生乐观水平的差异分析

为了了解是否独生子女初中生乐观水平间的差异,我们采用独立样本  $t$  检验对是否独生子女初中生乐观水平总分做了比较,其结果如表 2 所示。从表中可以看出,是否独生子女初中生的乐观水平总分间不存在显著性差异。

表 2 是否独生子女初中生乐观水平的差异比较

	是否是独生子女	平均数	标准差	$t$
乐观总分	是	14.71	3.31	0.06
	否	15.06	2.94	

#### 3.不同年级初中生乐观水平的差异分析

为了了解初中生乐观水平在年级上的差异,我们采用单因素方差分析对不同年级初中生的乐观得分做了比较,结果如表 3 所示。由表 3 可以看出,不同年级初中生乐观水平总分间不存在显著差异,但随着年级的增加,初

中生的乐观水平得分呈逐渐上升趋势。

表3 不同年级初中生乐观水平的差异比较

	年级	平均数	标准差	F
乐观总分	初一	14.55	2.87	1.65
	初二	14.97	3.10	
	初三	15.11	3.39	

## (二)初中生时间自我认知与乐观的关系

1.不同时间支配类型初中生乐观水平的差异分析。为了探查初中生的时间自我认知在乐观水平上的分布特点及其差异情况,本研究采用单因素方差分析考察不同时间支配类型初中生乐观水平之间的差异,结果如表4所示。

表4 不同时间支配类型初中生乐观水平的差异分析

时间支配类型	平均数	标准差	F	事后检验
1	18.68	4.41	24.69**	1>4**
2	17.38	2.19		1>3**
3	14.59	2.87		2>3**
4	14.00	2.86		2>4**

注:1为过去支配,2为现在支配,3为未来支配,4为时间均衡。

从表4中可以看出,在时间支配上,过去支配、现在支配、未来支配和时间均衡这四个类型初中生的乐观水平间存在极其显著的差异。其中过去支配和未来支配、时间均衡之间存在极其显著的差异,现在支配和未来支配、时间均衡之间也存在极其显著的差异,而过去支配和现在支配之间以及未来支配和时间均衡之间不存在显著性差异。

2.不同时间取向初中生乐观水平的差异分析。本研究采用单因素方差分析考察不同时间取向初中生乐观水平之间的差异,结果如表5所示。

表5 不同时间取向初中生乐观水平的差异分析

时间取向	平均数	标准差	F	事后检验
1	18.45	4.60	35.27**	1>3>2**
2	14.28	2.66		
3	15.61	3.26		

注:1为过去取向,2为未来取向,3为其他。

从表5可以看出,在时间取向上,过去取向、未来取向和其他取向三个类型初中生的乐观水平两两存在着极其显著的差异。这说明高乐观水平的初中生更多的以未来取向为主,低乐观水平的初中生更多的是以过去取向为主,而且以未来为取向的初中生与以过去为取向的初中生在乐观水平存在着显著性差异。

3.不同时间关联性初中生乐观水平的差异分析。本研究采用单因素方差分析考察不同时间关联性初中生乐观水平得分之间的差异,结果如表6所示。从表中可以看出,在时间关联性上,分离、连续和包含这三个类型初中生的乐观水平得分间不存在显性差异。

表6 不同时间关联性初中生乐观水平的差异分析

时间关联性	平均数	标准差	F
1	14.97	3.25	0.276
2	14.76	2.98	
3	14.96	3.23	

注:1为分离,2为连续,3为包含。

### 三、讨论

#### (一)初中生乐观水平的人口学特征

本研究结果发现,不同性别的初中生在乐观水平总分上存在显著性差异,这说明性别因素对初中生的乐观水平有较大的影响(对应的效应量  $r_p^2=0.11$ ,接近于大效应量的标准<sup>[10]</sup>)。究其原因,可能受中国传统思想的影响,男性从小就被认为是家族里的顶梁柱,被大家寄予厚望和重任,并且在对男性的教育中也更加侧重对其责任感和成就感的培养,而社会对女性的要求则相对较低。因而在这种大环境下,男性从小就背负了更多的期望和压力,其乐观水平相比女性来说就显得比较低。

本研究结果还发现,非独生子女初中生在乐观水平上的得分与独生子女不存在显著性差异,但是独生子女在乐观水平上要高于非独生子女。这可能是因为独生子女在生活中受到的关爱和帮助比较多,在遇到一些困难和失败时也能在周围人的帮助下很快地解决问题,走出困境和失败。因而他们对世界的看法和对事情的解释都比较乐观。独生子女的初中生,一般家境都比较优越,父母对其约束也较少,因而在这种家庭里成长的孩子有很强的个性和自主性,在做事情时可控性比较强。但是这种家庭里的孩子,也会因为父母的约束较少而变得过犹不及,放纵自己,盲目乐观,甚至自负。

不同年级的初中生在乐观水平总分上不存在显著性差异,这说明年级因素对初中生的乐观水平不存在显著的影响。但是从数据分析的结果可以看出,初一、初二和初三年级在乐观量表上的得分是依次递增的。这说明随着年级的升高,初中生的乐观水平是呈现下降趋势的。出现以上结果的原因可能是:一方面,从研究者们对乐观的不同定义可以看出,乐观是一种积极的品质,是一种稳定的倾向性,具有很大的稳定性,所以在初中这三年里,乐观水平是相对稳定的,不会发生太大的改变。另一方面,在不同年级上存在的乐观得分上的差异,可能是因为初一学生,刚从小学阶段跨入中学校门,对新的环境和生活充满着新奇和憧憬。进入初二,各种压力,特别是人际交往和学习方面的压力越来越大。进入初三年级,将面临更多压力:成绩好的学生担心是否能考上重点高中,成绩差的学生面临着是进入职业学校或就业的抉择,感到未来有很大的不确定性,由此影响到了乐观水平。同时,还可能因为,个体天生都有乐观的倾向,对外界的事物有着美好的憧憬,只是随着年级的提高,学业负担的加重,中考压力的日益迫近等等,这种乐观的倾向在逐渐减弱<sup>[11]</sup>。

#### (二)初中生时间自我认知与乐观的关系

本研究从时间支配类型、时间取向和时间关联性三个方面考察了初中生的时间自我认知,并以此为切入点,对比了不同时间自我认知初中生的乐观水平差异。结果发现,在时间支配类型上,过去支配、现在支配、未来支配和时间均衡四个类型初中生的乐观水平得分间存在显著的差异。这说明乐观水平越高的人越倾向于选择未来支配和时间均衡。从时间自我的角度而言,在如何看待过去、现在与未来的问题上,个体越能立足现在,展望于未来,人们就更能够看到希望,因此越容易乐观。相反,越是沉溺于过去,就越容易放大过去曾经遭受的痛苦,并认为过去感受到的快乐要多于现在和未来可能感受的快乐,从而不愿面对自己的未来,甚至将沉溺于过去作为代替未来的一种手段,当这些人必须面对现在和未来的时候,他们总是会认为过去比现在和未来要好,因此就难以乐观起来。时间取向类型是与时间支配类型密切相关的,有什么样的时间取向的个体通常就会被什么样的时间取向所支配。本研究的结果也证实了这一点,乐观水平越低越容易停滞于过去,并以过去为参照点,引申出现在不如过去,未来不如现在的悲观状态。与之相反,乐观水平越高的初中生越容易以未来为取向,对未来充满希望。

在时间关联性上,分离、连续和包含这三种类型初中生的乐观水平得分间不存在显著性差异。但比较这三种类型初中生的乐观水平上得分可以看出,乐观水平越高者其过去自我、现在自我与未来自我之间的关系是连续的,而乐观水平越低者这三者之间的关系是分离的。乐观程度可能影响到时间自我认知的心理结构的紧密程度,同一性程度越高,越是把过去、现在和未来看成是相互关联的,现在是过去的果,又是未来的因;相反,越是处在低乐观水平状态,越是把过去、现在和未来看成是互不相干的,其时间是断裂的。表现在时间自我认知的关联性特征上,高乐观被试更多时间整合,而低乐观者则更多时间分裂。

### 四、结论

不同性别初中生乐观水平总分间存在显著性差异,女生的乐观水平要显著高于男生;是否独生子女初中生的

乐观水平总分间不存在显著性差异;不同年级初中生乐观水平总分间不存在显著差异,但随着年级的增加,初中生的乐观水平得分呈逐渐上升趋势。

在时间支配上,不同类型初中生的乐观水平间存在极其显著的差异。未来支配和时间均衡类型初中生的乐观水平显著高于过去支配和现在支配类型初中生;在时间取向上,过去取向、未来取向和其他取向三个类型初中生的乐观水平间存在着显著差异,未来取向初中生的乐观水平最高,过去取向初中生的乐观水平最低;在时间关联性上,不同类型初中生的乐观水平间不存在显差异。

#### 参考文献:

- [1]温娟娟,郑雪,张灵. 国外乐观研究述评[J]. 心理科学进展, 2007(15): 129-133.
- [2]Scheier M F, Carver C S. Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1986(51): 1257-1264.
- [3]Scheier M F, Matthews K A, Owens J F, et al. Optimism and rehospitalization following coronary artery bypass graft surgery[J]. Archives of Internal Medicine, 1999(159): 829-835.
- [4]Peterson C, Seligman M E P, et al. Pessimistic explanatory style is a risk factor for physical illness: A thirty-five years longitudinal study[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1988(55): 23-27.
- [5]Karl S, Wolfgang K. The assessment of components of optimism by POSO-E[J]. Personality and Individual Difference, 2001(31): 563-574.
- [6]Chang E C. Optimism and pessimism: Implications for theory, research and practice[M]. Washington, D C: American Psychological Association, 2001: 198.
- [7]陈莹. 大学生的时间自我: 过去我、现在我和未来我的一致与不一致[D]. 重庆: 西南大学, 2008.
- [8]Gerhard A. The benefits of optimism: A meta analytic review of the Life Orientation Test[J]. Personality and Individual Difference, 1996, 21(5): 719-725.
- [9]黄希庭, 郑涌. 时间透视的自我整合: I. 心理结构方式的投射测验[J]. 心理学报, 2000, 32(1): 30-35.
- [10]权朝鲁. 效果量的意义及测定方法[J]. 心理学探新, 2003, 23(2): 39-44.
- [11]刘艳丽, 林乃磊, 杨绍清, 等. 初中生乐观心理品质的调查研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(9): 1094-1095.

## The Relationship Between Optimism and Temporal-self Cognition in Junior Middle School Students

Xia Dongli<sup>1</sup>, Zhang Huiying<sup>2</sup>, Gong Huoliang<sup>1</sup>

(1. Department of Education Science, Henan University, Kaifeng 475004, China;

2. Department of Business Administration, Henan University, Kaifeng 475004, China)

**Abstract:** To explore the relationship between optimism and temporal-self cognition in junior middle school students, life orientation test and circle test were administered to 584 junior middle school students. Results showed that: (1) The levels of female's optimism were significantly higher than male's. There were no significant differences between only child and non-only child on optimism levels, the same as grade factor. (2) In terms of time dominance, the optimism levels of students towards future and balance were significantly higher than students towards past and present. In terms of time orientation, the optimism levels of future-oriented students were highest and past-oriented students lowest. In terms of time relatedness, there were no significant differences on optimism levels. According to these results, we can come to a conclusion that it is the future self but the present and past self that is the center of temporal-self cognition in junior middle school students with high optimistic levels.

**Key words:** junior middle school student; optimism; temporal-self cognition; life orientation test; circle test