

# 论当代大学生归因偏差分析

◆陈 诺

(宁波财经学院 浙江宁波 315700)

**摘要:**归因偏差在大学生发展领域产生了很大的影响,特别是影响着大学生对自身的评价,正确的归因观念能够促进大学生正常的学习和生活。但是归因偏差则影响其发展。需要从归因角度进行心理分析,寻找到问题的根源,归纳出相应的措施,推动学生进一步的发展,从而形成良好的品质。

**关键词:**归因偏差;大学生;心理健康

## 一、归因偏差

所谓的归因偏差,就是部分人将一些有意识的或者是无意识的行为以及结果不正确的进行归因。最常见的就是自我服务归因偏差,以及基本归因偏差。归因是人类对自身或者是他人的行为进行系列分析,从中探究或者是推论事情的缘由的整个过程,这是心理学研究的领域。在日常的交往中,我们通常会对对象进行气质特征,情绪状态以及行为等作出相应的分析和判断。从而通过与自己同层次的人,来分析自身的发展状态,这个过程就是归因。

### 二、归因偏差出现的原因

归因偏差之所以出现,必然有其出现的条件。根据心理学研究发展,当人们取得成功之时,通常的心理反应是个人能力比较强,当人们出现失败时,通常将原因推给外在因素。也就是说,人们在对自身行为或者是他人行为进行归因时,并不是完全符合逻辑推理的。人们的归因通常因为角色问题、信息数据不准确或者是自我服务倾向以及行为难易程度不同等,出现相应的偏差。在研究过程中,人们把归因偏差分为了三大类,分别是行为者和管擦者的归因偏差、基本归因偏差、利己主义归因偏差。

#### (一) 基本归因偏差

所谓的基本归因偏差,主要是指人类在进行归因分析时,通常出现过高的估计内在倾向的作用,忽视了情境,换句话来说,就是过度的进行个人归因,弱化了情境归因。对这种现象,研究领域通常有两种解释,一种认为,人们之所以出现个人归因,主要是社会导致的,是社会对这种归因的态度造成的。另一种解释认为,是因为个人的因素比情境因素更容易让人发现,在行为之中更加的显眼,把结果归因放在个人之中是一种习惯性的做法。仅仅是因为个人因素更突出、更容易让人发现而已。

#### (二) 行为者和观察者的归因偏差

观察者对自身行为动力的归因与他人对自己的归因出现不同,虽然说,二者都认识到了这是同一种行为,但是行为者通常做出的归因是,把自己失败的原因归于情境,其他人则可能把归因放到行为者之上。导致这两种归因偏差的主要原因是两者出发点不同,一种是处于理想状态,另一种是从个体出发。

#### (三) 利己主义归因偏差

利己主义归因偏差是说人们总有一种居功自赏而避免对失败负责的倾向。人们一般对良好的行为或成功归因于自身,而将不良的行为或失败归因于外部情境或他人。产生这种归因偏差一是情感上的需要。因为成功和良好的行为总是与愉快、自豪的情绪相联系的,而失败和不良行为总是与痛苦、悲哀相联系的。处于情感上的需要,人们倾向于把成功留给自己,让情境或他人把失败带走。二是维护自尊心和良好形象的需要。因为成功能体现并维护自身的价值,可以维护自己的自尊心,也可以给别人留下良好的印象。

## 三、归因对大学生心理的影响

### (一) 归因与自信心

大学时期是一个人成长以及发展的关键性时期,在这一时期,人们的自我意识不断的发展,然而,自我意识的成熟和发展存在着一定的依赖性。大学生更多的需要别人的认可,更多的要从他人的认识中来认识自己。因此导致了大学生都存在着或多或少的自卑心理,也就是对自身的作用、能力以及发展的不确定。也就是说个体的失败或者是成功的归因会对后续的工作、学习目

标以及自身的状态和心理产生一定的影响。根据调查数据发展,一个持续取得各项成功的大学生,他们的自尊心、自信心也会得到提高,对未来的期望也更加强烈。然而,一个出现习得性无助感的大学生就会丧失信心,他们会错误的认为失败必然结果,可能在未来会出现放弃努力,甘愿失败的现象<sup>[2]</sup>。

### (二) 归因与人际关系

当大学生进入大学生活后,将要逐渐的自立,需要自身努力去面对不同的个体,调节各类人际关系,这也将很大的影响大学生的心理状态。根据国外的研究发现,若大学生处于社会的底层或者是缺乏朋辈,很容易将社交失败归因于内部—稳定—可控的因素,却把积极的社交结果归为了外部—不可控的因素。信任是大学生心理健康发展的重要影响成分,在交往过程中,通常只能感觉到对方的外在行为,而内在的品质以及人格只能通过归因分析获取。

## 四、大学生形成正确归因措施

### (一) 大学生加强自我心理调节

首先,大学生在大学生活中,要逐步的学会控制自身的情绪,学会调整自身的心理状态,提升自身的心理健康程度。大学多彩的业余活动有利于培养大学生积极向上的生活态度和情绪状态,可以充分的利用校园活动来培养学生正确的认知,增强同学之间沟通活动,提升学生的交往能力,不断的提高学生的自我认识,充分发展学生的个性,提升学生的适应能力<sup>[3]</sup>。

### (二) 教师使用恰当的语言表达

教师在大学生发展过程中,也发挥着不可忽略的作用。教师的行为是学生获得认知的主要信息,所以,教师在进行归因指导时,要注意自身的方式以及情绪的表达。比如,教师在对学生学业成败进行评价时,也影响着学生的归因分析。这种影响是直接的,或者是间接的。教师要根据具体的情况,对学生给予正确的关怀以及指导,教师也要加强自身的反省,在教学工作中,树立一个良好的榜样,帮助学生正确的进行归因分析。

### (三) 社会加大对大学生的关注度

社会要对大学生加强关注度,完善相应的法律法规,更好的保护大学生的各种行为。比如,建立一定的保障体系,减少大学生的学习以及工作压力。也可以适当的建立相应的活动场所,丰富学生活动,提升学生活动状态。总之,社会应该采取一定的措施,从各个方面提升大学生的心理素质和生活态度。

## 参考文献:

- [1]归因方式理论概述[J].熊良斌,周志娟.安徽文学(下半月).2010(06).
- [2]大学生归因方式与人格的相关研究[J].王纯,张宁.中国临床心理学杂志.2015(01).
- [3]通过归因训练提高学生学习自信心的实验研究[J].魏希芬.教育科学研究.2011(04).

