

不同性别角色大学生的情绪调节自我效能感与抑郁水平的关系研究

◆ 邓 岚

(西华师范大学教育学院 四川省南充市 637000)

摘要: 考察不同性别角色情绪调节自我效能感和抑郁水平的差异及两者关系。使用中国大学生性别角色量表-50、情绪调节自我效能感问卷和贝克抑郁量表,随机调查四川高校共379名在校生。结果:双性化拥有高情绪调节自我效能感和低抑郁水平;未分化者拥有低情绪调节自我效能感和高抑郁水平;情绪调节自我效能感与抑郁负相关($r = -0.16, P < 0.05$)。可从优化性别角色结构、提升情绪调节自我效能感进行心理防治工作。
关键词: 性别角色;情绪调节自我效能感;抑郁

一、引言

性别角色是个体在社会化过程中通过模仿习得的与自己性别相适应的行为规范^[1]。个体可兼具男性和女性特质,Bem根据两者不同程度的表现,把性别角色划分为男性化、女性化、双性化和未分化。随着性别角色领域的发展,大量结果^[2-4]支持双性化个体在心理健康、社会交往、适应水平、合理归因等方面有较好表现,而未分化者较差。有研究发现性别角色和抑郁存在关联。董丽娜发现女性化者体验到更多的焦虑和抑郁,无法将愤怒合理发泄^[5]。情绪调节逐渐被纳入精神病理学模型,抑郁被广泛视为情绪调节困难的结果^[6]。周碧薇和张维维发现情绪调节自我效能感越高的个体抑郁水平越低^[7,8]。

在上述基础上,本文考察不同性别角色大学生的情绪调节自我效能感与抑郁水平的差异及两者关系。并假设:双性化者情绪调节自我效能感最高;未分化者抑郁水平最高;双性化是最佳性别角色类型;情绪调节自我效能感与抑郁水平负相关。

二、方法

(一)对象

研究以四川几所高校为例,向在校大学生随机发放问卷460份,回收有效问卷379份。

(二)工具

1. 中国大学生性别角色量表-50(CSRI-50)。由刘电芝^[9]等人编写,采用7点评定法,包含男性化和女性化2个分量表,内部

一致性系数分别为0.89和0.84;重测信度分别为0.82和0.80;验证性因素分析显示结构效度良好,他评效度和专家效度较高。

2. 情绪调节自我效能感问卷(RESES)。由张维维^[10]编写,采用5点计分法,涵盖情绪调节自我效能感的5个维度(恐惧、焦虑、积极、沮丧/痛苦以及生气/愤怒)。问卷内部一致性系数为0.83,各因子内部一致性系数均在0.67~0.75之间;问卷分半信度为0.75,各因子分半信度在0.63~0.74之间。

3. 贝克抑郁量表第2版(BDI-II)

该量表可用于抑郁症状筛查自评,采用0~3级评分,包含21个条目,中文版内部一致性系数为0.85,各条目相关系数在0.08~0.39之间,各条目与总分的相关系数在0.34~0.57之间^[9]。

(二)方法

采用SPSS 22.0进行数据分析。

三、结果

(一)性别角色分布

表1 性别角色分布

	未分化 (n=67)	女性化 (n=35)	男性化 (n=101)	双性化 (n=176)	χ^2
总体 (n=379)	67	35	101	176	115.89***
男 (n=188)	30	7	58	93	16.11***
女 (n=191)	37	28	43	83	

注:*, $P < 0.05$; **, $P < 0.01$; ***, $P < 0.001$ (后表同理)。

根据Spence中位数分类法^[10]得到表1:(1)全体分布差异显著($P < 0.001$),由高到低为双性化(46.4%)、男性化(26.7%)、未分化(17.7%)和女性化(9.2%)。(2)未分化女性偏多,双性化男性偏多。(3)性别定向明显,女性化女性偏多,男性化男性偏多。(4)异性化类型中女性化男性占男性的3.7%,男性化女性占女性的22.5%。

(二)情绪调节自我效能感及抑郁的差异

表2 各量表得分比较($M \pm s$)

项目	总体	未分化	女性化	男性化	双性化	F
恐惧	3.2 ± 0.5	3.2 ± 0.5	3.3 ± 0.5	3.2 ± 0.5	3.3 ± 0.5	1.27
焦虑	3.51 ± 0.55	3.3 ± 0.5	3.2 ± 0.5	3.46 ± 0.52	3.7 ± 0.5	19.29***
积极	4.0 ± 0.6	3.77 ± 0.64	3.94 ± 0.68	3.89 ± 0.59	4.1 ± 0.6	4.55**
沮丧/痛苦	3.53 ± 0.72	3.1 ± 0.8	3.37 ± 0.72	3.45 ± 0.65	3.8 ± 0.7	17.38***
生气/愤怒	3.2 ± 0.5	3.0 ± 0.5	2.9 ± 0.4	3.1 ± 0.5	3.4 ± 0.5	18.30***
RESES	3.5 ± 0.4	3.25 ± 0.38	3.31 ± 0.37	3.4 ± 0.3	3.6 ± 0.4	22.61***
BDI-II	9.4 ± 8.9	14.6 ± 10.8	9.9 ± 8.5	8.3 ± 8.4	8.0 ± 7.8	9.11***

根据表2:(1)抑郁水平差异显著($P < 0.001$),由低到高为双性化、男性化、女性化和未分化,女性化和未分化均高于总体水平。(2)效能感差异显著($P < 0.001$),由高到低为双性化、男性化、女

性化和未分化。(3)在焦虑、积极、沮丧/痛苦和生气/愤怒维度存在差异($P < 0.01$),除双性化均低于总体水平。

表3 各维度得分多重比较(r)

	未—女	未—男	未—双	女—男	女—双	男—双
焦虑	—	-.21**	-.45***	-.29**	-.53***	-.24***
积极	—	—	-.30***	—	—	-.18*
沮丧/痛苦	—	-.34**	-.66***	—	-.40***	-.33***
生气/愤怒	—	—	-.37***	—	-.49***	-.34***
RESES	—	-.14*	-.37***	—	-.31***	-.23***
BDI-II	4.67**	6.22**	6.55***	—	—	—

根据表3:(1)就抑郁水平,未分化与另外三者差异显著($P < 0.01$),且得分最高。(2)就效能感,双性化与另外三者差异显著($P < 0.001$),且得分最高。(3)在焦虑维度除未分化与女性化,两两比较都有差异($P < 0.01$),双性化得分最高。(4)在积极维度,双性化分别与未分化、男性化存在差异($P < 0.05$),且得分最高。(5)

在沮丧维度除女性化和未分化、女性化和男性化,两两比较存在差异($P < 0.01$),双性化得分最高。(6)在生气维度,双性化与另外三者存在差异($P < 0.001$),且得分最高。

(三)情绪调节自我效能感与抑郁的关系

表4 各维度与抑郁的相关分析(r)

	恐惧	焦虑	积极	沮丧/痛苦	生气/愤怒	RESES	BDI-II
恐惧	—						
焦虑	.33***	—					
积极	.20***	.28***	—				
沮丧/痛苦	.34***	.45***	.24***	—			
生气/愤怒	.29***	.51***	.082	.46***	—		
RESES	.63***	.77***	.51***	.75***	.70***	—	
BDI-II	.011	-.16**	-.10	-.22***	-.06	-.16**	—

根据表4:(1)抑郁与情绪调节自我效能感负相关($P < 0.01$);

(2)抑郁与焦虑、沮丧因子负相关($P < 0.01$)。

进一步以抑郁总分为因变量,焦虑、沮丧因子为预测变量进行多元逐步回归,只有沮丧因子进入分析,得到方程 $y = 19.158 - 2.755x$ ($P < 0.001$)。沮丧因子的解释度为4.9%。

四、讨论

不同性别角色大学生的情绪调节自我效能感和抑郁均差异显著:双性化拥有最佳效能感,与郑焕然研究一致^[11];女性化和未分化高于总体抑郁水平,且未分化最高,与董丽娜、余小芳等人^[5,12]研究相符。双性化和未分化在各方面均差异显著:双性化有高效能感和低抑郁水平,未分化有低效能感和高抑郁水平;双性化在处理焦虑、积极、沮丧和生气情绪时均有高效能感。Spence认为不同性别角色有着不同的性格、态度、价值观和行为模式。双性化在人格特质方面相较于单一特质群体兼具了男性和女性的双重特质^[3],拥有更高的效能感。本文还发现抑郁与效能感、焦虑和沮丧因子负相关,进一步多元回归发现沮丧因子对抑郁有一定的预测度。抑郁表现为负性情绪的增强和正性情绪的减少。低效能感较的个体在消极情绪受到过分重视且无效表达时就易引发抑郁^[13],而高效能感者不易拥有高抑郁水平。由此证明双性化的确是理想的性别角色模型。

在抑郁的防治工作中,可通过优化性别角色结构,解开单一传统性别角色模式的桎梏,学习有效的情绪调节方法,增强情绪调节自我效能感。

参考文献:

- [1]刘电芝,黄会欣,贾凤芹,等.新编大学生性别角色量表揭示性别角色变迁[J].心理学报,2011,43(6):639-649.
- [2]方俊明.性别差异与两性人格[J].陕西师范大学学报

(哲学社会科学版),1996(03):165-167.

- [3]李少梅.大学生双性化性别特质与人格特征的相关研究[J].陕西师范大学学报(哲学社会科学版),1998(04):149-153.
- [4]马锦华.性别刻板印象与性别教育[J].教育评论,2000(6):34-37.
- [5]董丽娜,陈红,汪宇.不同性度女性的愤怒表达方式与抑郁[J].中国心理卫生杂志,2014,28(3):234-238.
- [6]李红娟,李洁,徐海婷,等.青少年的抑郁情绪和认知情绪调节策略方式[J].中国心理卫生杂志,2019,33(01):47-51.
- [7]周碧薇,钱志刚.大学生情绪调节自我效能感对抑郁的影响:情绪调节方式的中介作用[J].牡丹江师范学院学报(哲学社会科学版),2018(2).
- [8]张维维.大学生情绪调节自我效能感的研究[D].天津师范大学,2013.
- [9]杨文辉,吴多进,彭芳.贝克抑郁量表第2版中文版在一学生中的试用[J].中国临床心理学杂志,2012,20(06):762-764.
- [10]Spence J T. Gender identity and its implications for the concepts of masculinity and femininity[J]. Nebr Symp Motiv, 1984,32(4):59-95.
- [11]郑焕然.高中生双性化、情绪调节能力与学业成绩的关系研究:情绪调节能力的中介作用[D].陕西师范大学,2017.
- [12]余小芳,邓小农,王立皓.性别角色与焦虑及抑郁的相关研究[J].中国学校卫生,2004(01):39-40.
- [13]汤冬玲,董妍,俞国良,等.情绪调节自我效能感:一个新的研究主题[J].心理科学进展,2010,18(4):598-604.