

MASTER'S THESIS

中國大學生情緒體驗和表達性的探索性研究

蘇細清

Date of Award:
2004

[Link to publication](#)

General rights

Copyright and intellectual property rights for the publications made accessible in HKBU Scholars are retained by the authors and/or other copyright owners. In addition to the restrictions prescribed by the Copyright Ordinance of Hong Kong, all users and readers must also observe the following terms of use:

- Users may download and print one copy of any publication from HKBU Scholars for the purpose of private study or research
- Users cannot further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- To share publications in HKBU Scholars with others, users are welcome to freely distribute the permanent URL assigned to the publication

中國大學生情緒體驗和表達性的探索性研究

An Exploratory Research on Emotional Experience and
Expressivity of University Students in China

蘇細清

哲學碩士學位課程

主導老師：陳啟芳博士

香港浸會大學

二零零四年八月

摘要

本研究立足於全面的、發展性的和教育性的角度來進行的一項探索性的基礎研究。本文主要探討的是中國大學生的情緒體驗、引發事件以及情緒表達性等方面問題。採用量化和質性的研究方法，包括應用引入的美國伯克利大學情緒表達性的調查問卷（Berkeley Expressivity Questionnaire，BEQ），參考王淑莉（1995）和斯克弗（Schafer，1992）的情緒問卷自製而成的調查問卷進行調查，並進行深入訪談。問卷調查對象來自北京內 13 所大學共 1531 名大學生（829 名女生，701 名男生，平均年齡為 21.1 歲，標準差為 2.5）。深入訪談方面，有 15 名大學生（約占 1%），包括女 7 名，男 8 名接受訪談。結果發現：1）情緒體驗上，中國大學生總體來說比較積極正面（ $M=4.41$ ， $SD=1.34$ ）。但是，仍然近三成的學生的情緒體驗是比較強的負面情緒體驗（ $M=2.67$ ， $SD=0.62$ ），有顯著的性別差異性，女生比男生更經常體驗到負面的情緒（ $t=2.67$ ， $p<0.05$ ）。2）情緒引發事件上，學生比較集中於所關注的學業、人際關係、情感問題以及家人的身體健康等事件。3）情緒表達性上，中國大學生在積極情緒上的表達性較高（ $M=5.25$ ， $SD=0.80$ ），但消極的情緒表達性趨於中庸（ $M=4.02$ ； $SD=0.99$ ）。個人因素上，情緒表達性與性別、所屬學科、內外向性、樂觀性以及自信程度等因素存在顯著性的相關（ $p<0.05$ ）。不管是積極的還是消極的情緒，女生比男生的表達性都高；文科類的學生比理科類的學生表達性高，成績越好，情緒的表達性也越高，越樂觀，越自信，自我感覺越良好，學生的積極情緒表達性越高，相反消極情緒表達性越低；家庭因素上，當父母的教育態度越趨建設性和教育性，父母的關係越良好，大學生的積極情緒表達性就越高，消極情緒表達性也越低，但與父母的教育程度、家庭經濟條件等因素無關。4）情緒表達上，大學生自如地表達積極的情緒，但重視表達的適度，消極的情緒上，則更多趨向於掩

飾甚至壓抑不表達。 男女性別存在顯著性的差異，男生更傾向於採用內斂的、壓抑的並具有攻擊性的男性特徵的表達方式，女性則更傾向於選擇分享、友善等女性特徵的表達方式。 5) 在情緒評價和情緒表現中，中國大學生關注自己個性發展，重視現實的同時，帶有濃重的中國文化特徵，包括關係取向、講究中庸之道以及重視家庭等特徵。

本研究第一次比較全面地揭示中國大學生的情緒規律，為以後大學生的情緒教育、情緒輔導及干預的實踐及研究提供實證基礎和方向，並希望為社會政策的制定、社區服務、家長教育、學校課程設置等提高參考意見，以促進大學生的能力多元化的發展，服務全人發展的教育目的。

關鍵字：中國大學生 情緒 情緒體驗 情緒表達性 情緒表達方式

Abstract

The present study is an exploratory research based on comprehensive, developmental, and educational standpoints. The research focuses on emotional experiences, arousing events, emotional and emotional expressions of university students in China. The research methodology combines quantitative and qualitative investigations. The quantitative investigation includes the use of the Berkeley Expressivity Questionnaire (BEQ) drawn from the U.S.A., the self-constructed emotional questionnaire based on the reference of emotional survey developed by Shu Li Wang (1995) and the College Students Daily Trifles Survey developed by Schafer (1992). The qualitative investigation includes in-depth interviews with students drawing from the quantitative sample. In quantitative study, the sample includes 1531 subjects from 13 universities across Beijing, with 829 females and 701 males. For qualitative study, 15 students (7 females and 8 males) (about 1% of Ss) were interviewed. Findings of this study are: 1) On the whole, the majority of Chinese university students are positive in emotional experience ($M=4.41$, $SD=1.34$), but about 30% of Ss feel a strong negative experience of university life ($M=2.67$, $SD=0.62$). There is a significant difference between genders ($t=2.67$, $p<0.05$) in that females experience more negative emotions than males. 2) Students focus on important events that have happened in their lives, such as academic problems, interpersonal relationships, love affairs and physical health of family members, etc. 3) Most of the students are high in positive emotional expressivity ($M=5.25$, $SD=0.80$), but moderate in negative emotional expressivity ($M=4.02$, $SD=0.99$). Significant differences are found in Chinese students' emotional expressivity in gender, studies, introversion

(extroversion), optimism and self-confidence ($p < 0.05$). In both positive and negative emotions, females are higher in expressivity than males, and students who study Arts display higher emotional expressivity than students who study Sciences. Students with better academic performance also show higher in expressivity in emotions. Students with more optimism, more self-confidence, a better self-image are higher in positive expressivity and lower in negative expressivity. At the same time, significant differences are found in the students' expressivity in the two factors, including status of parents' marriage and the educational attitude on children ($p < 0.05$). Generally, the more positive and constructive in the status of parents' marriage and the educational attitude on children, the students will show higher expressivity in positive emotional expressivity while lower in negative expressivity. 4) University students express positive emotions more freely than negative ones, while placing emphasis on the moderation of expression. When expressing negative emotions, students tend to conceal their emotions or even suppress them. Male students show typical masculinity in expression, and they tend to either suppress their emotions or show more aggressive expressions than female students; while females have a tendency to share their emotions, or be friendly towards others. 5) In emotional appraisal and expression, Chinese university students pay close attention to themselves development, and emphasis on the reality. At the same time, they also accept Chinese traditional culture idea, including relation-focus, Golden Mean(中庸之道), and family-orientation, etc.

The present research is the first one to present some principles of emotion in university students within China, and the findings of this research can be the empirical basis for college students' emotional education, psychological

counseling and intervention, not only in practice but also in future research. It also can be of great importance in social policy making, community service, parent education and curriculum design, to facilitate students to develop their multiple-intelligence, to serve for the aim of whole-person development.

Key words: Chinese university students, emotion, emotional experience, emotional expressivity, emotional expression

目錄

聲明	i
摘要	ii
Abstract	iv
謝辭	vii
目錄	ix
表格目錄	xv
圖譜目錄	xvii

第一章 緒論

1.1 研究動機	2
1.1.1 情緒的積極而正面的作用亟待凸顯	4
1.1.2 有關中國大學生情緒的基礎研究亟待開展	4
1.1.3 小結	7
1.2 本研究的問題	8
1.3 本研究的目的是及意義	8
1.4 本文的結構	9

第二章 文獻回顧

2.1 情緒定義的研究	10
2.1.1 字典和辭典對情緒的定義	10
2.1.2 教育及心理學者對情緒的定義	10
2.1.3 情緒和近義詞的比較	11

2.1.4 情緒的分類	12
2.1.5 本研究情緒的定義	14
2.2 情緒體驗研究的文獻回顧	15
2.2.1 情緒生理層面上的研究	15
2.2.2 情緒認知評價層面上的研究	16
2.2.3 情緒社會依存性層面上的研究	17
2.2.4 對中國大學生情緒體驗的研究	19
2.2.5 小結	20
2.3 對情緒引發事件的研究文獻回顧	20
2.3.1 重要事件	21
2.3.2 日常生活事件	22
2.3.3 小結	24
2.4 對表達性和表達方式的研究文獻回顧	25
2.4.1 情緒表達方式和途徑的研究	25
2.4.2 情緒表達性的定義	26
2.4.3 情緒表達性的研究	27
2.4.4 小結	32
2.5 ？ ？ ？ 影響因素	32
2.5.1 個人因素	34
2.5.2 家庭因素	37
2.6 總結本章	40

第三章 本研究的變量、自變量及研究重點

3.1 本研究中各變量之間的關係	42
------------------	----

3.2 本研究中考察的自變量	44
3.2.1 個人因素	44
3.2.2 家庭因素	45
3.3 本研究的研究重點	45

第四章 研究方法

4.1 本研究方法界定的依據回顧	47
4.1.1 情緒研究方法的回顧	47
4.1.2 小結	51
4.2 本研究方法的界定	51
4.2.1 日常體驗抽樣法	51
4.2.2 問卷調查法	51
4.2.3 深入訪談法	54
4.2.4 小結	54
4.3 研究過程	55
4.3.1 調查問卷的形成	55
4.3.2 預實驗及結果處理	57
4.3.3 調查問卷的構成	58
4.3.4 抽樣	61
4.3.5 施測過程	62
4.3.6 資料的處理	66

第五章 測量結果

5.1 各變量間的相關性及問卷的信度和效度檢測	67
-------------------------	----

5.1.1 量表中各變量之間及各量表之間的內在相關性	67
5.1.2 各分量表的信度檢測	69
5.2 大學生的情緒體驗及引發事件	69
5.2.1 當日情緒體驗及引發事件	69
5.2.2 總體水平上，大學生情緒體驗及引發事件	75
5.2.3 情緒對個體不同層面的影響程度	88
5.2.4 小結	89
5.3 情緒表達性	91
5.3.1 情緒表達性	91
5.3.2 情緒表達性的影響因素	93
5.3.3 情緒瞭解能力及調控能力的自評	97
5.3.4 小結	99
5.4 情緒表達方式	100
5.4.1 有效平靜自己心情的方法	100
5.4.2 心情好的時候大學生常用的表達方式	101
5.4.3 心情不好的時候大學生常用的表達方式	102
5.4.4 小結	107
5.5 情緒方面的影響人物及求助途徑	107
5.5.1 對大學生情緒發展歷程影響最大的人物	107
5.5.2 情緒發展上想要獲得的幫助	110
5.6 總結本章	111
第六章 討論	
6.1 大學生的情緒體驗及引發事件	114

6.1.1 情緒體驗	114
6.1.2 情緒引發事件	116
6.2 情緒表達性與情緒表達方式	118
6.2.1 情緒表達性	118
6.2.2 情緒表達方式	119
6.2.3 情緒表達性與實際的情緒表達方式之間的關係	120
6.3 情緒評價	121
6.4 情緒體驗與情緒表達性的影響因素	124
6.4.1 個人因素	124
6.4.2 家庭因素	128
6.4.3 個人與家庭因素交織形成影響	132
6.5 總結本章	132

第七章 研究的結論和應用意義

7.1 本研究的結論	133
7.2 本研究的突出貢獻和應用意義	134
7.2.1 突出貢獻	134
7.2.2 本研究結論的應用意義	139
7.3 研究的不足及未來的研究方向	145
7.3.1 研究工具的問題	145
7.3.2 研究角度的問題	146
7.3.3 樣本的代表性問題	146
7.3.4 資料統計上	147
7.3.5 未來研究的方向	147

7.4 總結本章	147
後記	149
參看文獻	
中文部分	150
英文部分	155
附錄	
附錄 I 指導語	171
附錄 II 個人背景資料	172
附錄 III 中國大學生情緒表達性調查問卷	173
附錄 IV 自製的大學生情緒調查問卷	175
附錄 V 訪談問卷	179
附錄 VI 美國大學生日常瑣事一覽表	180
附錄 VII 影響大學生情緒發展的人物統計表	181
履歷	182