

应对效能:问卷的编制及理论模型的建构*

童辉杰

(苏州大学应用心理学研究所,苏州 215021)

摘要 对应对效能的测量研究抽取了1806名高校大学生样本,另对某戒毒机构中30人的吸毒特殊人群进行了比较研究。结构方程建模的验证性研究证实了应对效能的存在及其重要作用:应对效能区别于一般自我效能,在对躯体症状、抑郁和焦虑的作用中,以及对严重突发性事件如对可能出现的SARS的应激反应的作用中,发挥更重要的作用;应对效能发挥作用的机制表明它是一个独立的更为稳定的变量。根据应对效能的理论假设编制的量表有良好的信度与效度。其克隆巴赫 α 系数为0.86,分半信度0.79,相隔两个月63个被试的重测信度为0.71。探索性因素分析和验证性因素分析揭示应对效能主要由三个因素构成,即自信程度、认知水平、胜任力的知觉。问卷的聚合效度与区分效度也比较满意。30个人的吸毒者与一般正常人的比较提供了实证效度的证据,应对效能能够有效区分吸毒人群与一般正常人群。以全国大学生的样本,建立了应对效能量表的常模。

关键词 应对效能,一般自我效能,应对。

分类号 B849

1 引言

应对(coping)是关于心理健康研究的重要变量之一。在此领域国外出现了大量研究。由于方法学上的进步和应对在健康中的地位,Gentry(1983)甚至认为:我们正趋向发展一门“应对科学”(Science of Coping)^[1]。近年来的研究不断深化了对应对的理解,但研究的主要焦点仍然是在应对方式或策略上。概括有关研究,我们可以这样理解,所谓应对方式与策略实际上应该包含两个层面的含义,其一是应对技巧层面,即人们面对应激情境时采用的应对方式、方法或策略;其二是个人风格层面,即人们对付应激特有的、具有个人特点的、跨情境的特质、型式、机制或风格^[2,3]。在我国,对此也有不少深入研究。^[4-7]

此外,当面临应激情境时,自我效能也是一个值得关注的重要变量。在班杜拉看来,威胁性并不是环境事件固有的一种属性,而是建立在个体应对效能感和环境的潜在危险之间的一种关系属性。它既决定于环境自身的性质,也决定于个体应对环境事件的自我效能,以及在此基础上实现的应对过程的性质。班杜拉进行了广泛的生化实验,发现自我效

能不仅影响自主神经系统的唤醒水平,而且参与免疫系统的功能调节活动。自我效能不足,则会降低免疫功能。可见,保持较高的自我效能可以促进身心健康^[8]。继班杜拉之后,关于自我效能的研究成为一大热点,其持久的兴趣直至今今天不衰。近年来的研究如Van Dick和Wagner(2001)运用结构方程对教师应激理论进行检验,该模型以工作负荷和闹事(mobbing)作为应激源,以生理症状作为应激反应,以社会支持和自我效能作为中介变量。最终的检验结果证实了该应激理论的论断:工作负荷和闹事可导致应激反应,而主要的社会支持能减少对工作负荷和闹事的感知,普遍的支持和自我效能在这些变量中起中介作用^[9]。另外,Sirbaskn Cohen(2001)等对患有障碍的儿童家长所进行的积极适应、悲痛感和父母效能感关系的研究显示,可以将自我效能感作为这些父母心理症状和压力严重性的预测指标。研究还表明,高自我效能感和低心理疾病及应激水平存在相关。^[10]

有研究将自我效能理论应用于对生活事件、创伤性经历的应对,并有人将这一面对应激情境的自我效能定义为应对效能(coping self-efficacy)^[11],即个体处于应激状态时对自己能否成功应对所具有的

收稿日期:2004-11-15

通讯作者:童辉杰,E-mail: tonehg@163.com,电话:0512-67165146

* 研究使用了研究生石慧等人抽取的吸毒人群的数据。

信心,是对自己应对能力的评价。处于应激状态下效能高的个体更有信心接受应激的挑战,会采用有效的应对方式,从而维护自身的身心健康。相反,应对效能差的个体则表现为信心不足,无法有效及时地缓解由应激带来的各种心理生理症状,进而对其健康造成损害。应对效能是一个非常值得深入探讨的变量。

但是,我们发现,关于应对效能的研究非常少,在文献检索中,我们只发现 Benight 等所做的一项关于应对效能的研究,即对俄克拉荷马州炸弹爆炸案受害者应对效能与心理创伤所进行的研究,旨在揭示悲剧发生后应对效能的主观评估在预测心理创伤方面的重要性。

虽然国外有人提出应对效能这一概念,但是还缺乏进一步的相关理论的探讨和实证研究的支持。我们的研究旨在发展这一概念与理论假说。我们的研究假设是:其一,应对(Coping)包含两个层面的含义,即应对技巧与个人风格,应对效能的概念可以理解为对应对中个人风格层面的延伸与拓展。所以,应对效能的研究是应对研究的新进展。其二,自我效能理论中值得关注的一点是班都拉强调的领域关联性(domain-linked),即自我效能与具体领域中的情境、任务、资源等密切相关。一些研究者发展了一般自我效能的概念,如 Schwarzer 编制出一般自我效能量表。虽然这种应对不同领域的相对稳定而广泛的知觉、信念、期望也是存在的,但由于它是对概化的情境的概化的反应,所以,其“效能”可能要打折扣。在应激情境中,直接指向应激情境的效能感是更值得关注的变量。其三,在心理咨询与治疗的实践中,我们会经常听到来访者大量诸如如此的陈述:“我实在受不了……”“我担心我应对不了……”这些实际上就是来访者应对效能的自我表白。也就是说,从临床实践上说,这种应对效能的陈述与表白可能是咨询治疗中值得关注的变量,应该进一步深入研究。其四,大量关于自我效能的研究业已证明自我效能不仅在生物化学水平、细胞免疫层面,而且更在任务完成、目标导向等层面发生非常广泛而深刻的作用,所以,在心理咨询与治疗领域,直接面对应激情境的应对效能可能是一个有意思的非常重要的变量,值得我们深入探讨。但是,在应激情境中,应对效能的作用机制有待于进一步证实。例如,应对效能包含哪些要素?生活事件是先作用于应对效能,然后引起躯体心理问题,还是与应对效能一同发生作用?应对效能对躯体心理问题的影响力负荷究

竟有多大?本研究试图回答这些问题。

2 研究方法

2.1 被试与取样

2003年9月至2004年7月间,在上海、江苏、浙江、江西、辽宁、四川、湖南、山东、河北等省市10多所高等院校中,随机抽取了1806名高校学生(含少数研究生),其中男1000人,女806人;年龄16~35岁,平均21岁。另对某戒毒机构中30人的吸毒特殊人群进行了比较研究,其中男17人,女13人;年龄19~35,平均27岁。

2.2 研究工具

被试接受了多种心理测验:(1)Schwarzer 编制的《一般自我效能量表》;^[12](2)张明园等编制的《生活事件量表》(LES);(3)《流调用抑郁量表》(CESD);(4)《焦虑量表》(SAS);^[13](5)Rosenberg 的《自尊量表》(SES);^[14](6)由于研究期间正是SARS疫后一年,且正处担心SARS卷土重来时期,探索应对效能与这种严重突发性事件的应激反应的关系,是非常有利的时机,于是使用了《SARS 应激反应问卷》;^[15]该问卷测量三项内容:对SARS的认知评价:如“我相信人类一定会战胜‘非典’”。对SARS的恐慌:如“对‘非典’的担心使我有时感到出冷汗或颤抖”。对SARS的防御性心理与行为反应:如“为预防‘非典’,我去公众场合会戴口罩”等。(7)以及自编的应对效能量表。自编的应对效能问卷详细的信度效度报告见后文。(8)自编的躯体症状列表简要调查问卷。

使用SPSS 11.0和AMOS 4软件处理数据。

3 研究结果

3.1 应对效能与一般自我效能对躯体、抑郁和焦虑障碍的作用之比较

3.1.1 应对效能问卷的编制 面对应激情境的自我效能简称应对效能,与跨情境的一般自我效能,是两个不同的概念与理论假说。一般自我效能可以使用 Schwarzer 编制的《一般自我效能量表》测量;但是应对效能必需自编测量问卷。根据理论假设,并通过60多名大学生及30名研究生关于“当你身处挫折与压力的情境时,你有何种感受?”的开放式问卷调查,我们收集了30多题有关应对效能的陈述,然后在两次预试(样本共700人)中通过项目分析删除了一些质量不高的陈述,最后保留17题。其克伦巴赫 α 系数为0.86,分半信度0.79。相隔两个

月 63 个被试的重测信度为 0.71。因素分析使用主成份分析,进行方差极大旋转,抽出 3 个因素,解释总变异的 52.86%,第一个因素可命名为胜任力(包括 9 个项目,解释变异 34.970%, α 系数 0.8586),测量在面临应激情境时个体通过评估自己的应对资源,感觉到自己所能应对或胜任的能力有多大。包括这样一些项目:“我能承受挫折与打击”、“我能将压力变成动力”、“我觉得自己是坚强的”、“我敢于向挫折与打击挑战”、“我有信心战胜任何困难”等。第二个因素可命名为认知水平(包括 5 个项目,解释变异 10.679%, α 系数 0.7467),测量个体在面临应激情境时的认知水平,包括项目如“我会积极的寻求解决的办法”、“我认为人生不如意是常有的事”、“我认为天无绝人之路”、“我相信一切都会过去的”、“我不会自暴自弃的”、第三个因素命名为自信程度(包括 3 个项目,解释变异 7.209%, α 系数 0.6201)。测量个体面对应激情境时的自信心水平,包括项目“我觉得自己是脆弱的”、“我担心我应对不了”、“我觉得自己活得太累了”。

在探索性因素分析的基础上,使用正式取样获得的 1100 多人的样本,进一步做验证性因素分析,模型 χ^2 为 0.536, df 为 2, p 值 0.765; χ^2/df 为 0.268, 规范拟合指数 NFI 为 1, RFI 为 1, IFI 为 1, 比较拟合指数 CFI 为 1, 近似误差的均方根 RMSEA 为 0.000。模型拟合较好。见图 1。图中可见,自信程度的负荷最高,系数为 0.98,其决定系数为 0.97;说明在应对效能的结构中,最重要的因素是自信程度。自信程度可理解为人们在面临应激情境时,基于已往的经验以及自己的人格特质,对自身的状况、情境的特点、可资利用的各种资源的评估、期待。这与班杜拉的理论假设是一致的。其次是认知水平,负荷为 0.46,决定系数为 0.22;认知水平可理解为人们理智地解决问题的努力以及采用积极的策略的可能性有多大。胜任力的知觉负荷为 0.42;决定系数为 0.18。胜任力的知觉可理解为对是否能应对应激情境的能力的知觉。

应对效能问卷的聚合效度与区分效度为:与一般效能问卷相关 0.633($p < 0.0001$),与自尊相关 0.530($p < 0.0001$),与抑郁(CESD)相关 -0.481($p < 0.0001$),与焦虑相关 -0.387($p < 0.0001$),与生活事件相关 -0.003($p < 0.0001$)。

3.1.2 应对效能与一般效能、生活事件应激对躯体心理问题作用之比较 验证应对效能与一般效能、生活事件应激对躯体心理问题的作用,可以使我们

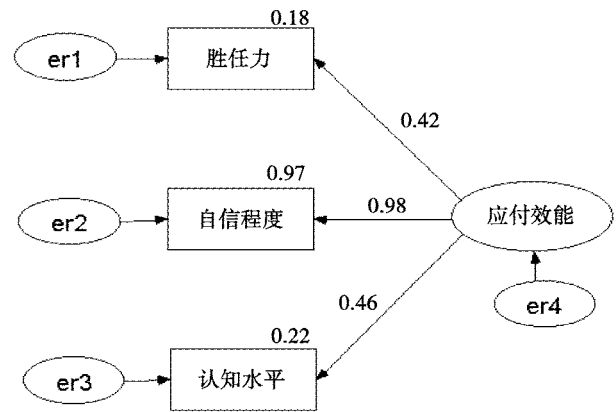


图 1 应对效能的验证性因素分析

获得对应对效能的更清晰的认识,并获得应对效能效度的有力证据。为此,我们使用 CESD 和 SAS 测量了抑郁、焦虑;同时使用躯体症状列表,请被试评估自己近一年来多大频率患有类似感冒、痢疾等小病;心脏病、高血压、糖尿病、肾炎等内科疾病;支气管哮喘、胃和肠溃疡、皮肤过敏等心因性疾病;肝炎、肺结核等传染性疾病。以此评估躯体症状。这样构成了躯体症状、抑郁、焦虑三种躯体心理问题变量。同时,测量了被试的生活事件应激值,一般效能与应对效能。由此尝试建立应对效能与一般效能、生活事件对躯体心理问题作用的理论模型。验证如下:

(1) 首先考虑的理论假设是,生活事件先作用于一般效能与应对效能,再作用于躯体心理问题。据此构建的模型不能拟合,这一假设不能成立。

(2) 再考虑理论假设:生活事件作用于一般效能与应对效能,再一同作用于躯体心理问题。据此构建的模型也不能拟合,假设不能成立。

(3) 考虑生活事件、一般效能与应对效能协同作用于躯体心理问题,建立模型 1。该理论模型能够成立。模型 χ^2 为 9.297, df 为 7, p 值 0.765; χ^2/df 为 0.232, 规范拟合指数 NFI 为 1, RFI 为 0.999, IFI 为 1, 比较拟合指数 CFI 为 1, 近似误差的均方根 RMSEA 为 0.017。模型拟合较好。

(4) 进一步考虑生活事件、一般效能与应对效能协同作用于躯体心理问题,且生活事件与一般效能和应对效能之间有一定关系。建立模型 2。模型 χ^2 为 5.547, df 为 5, p 值 0.353; χ^2/df 为 1.109, 规范拟合指数 NFI 为 1, RFI 为 0.999, IFI 为 1, 比较拟合指数 CFI 为 1, 近似误差的均方根 RMSEA 为 0.01。模型拟合较好。见图 2。

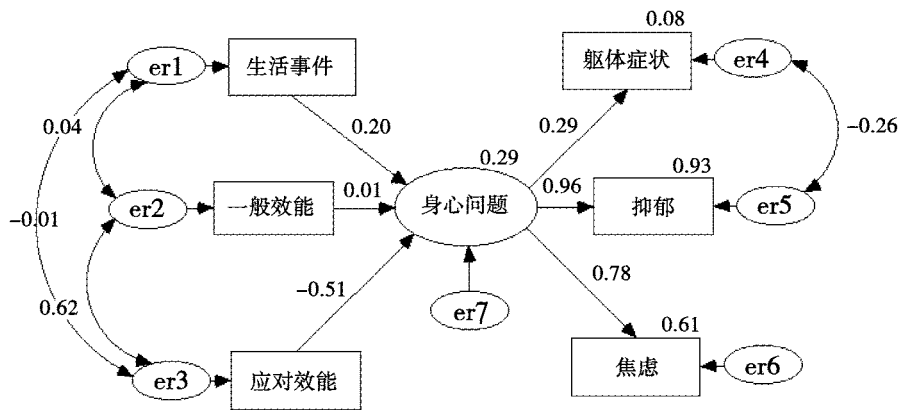


图2 应对效能与一般效能、应激对不同障碍作用的理论模型

模型1与2拟合都比较理想。我们选择模型2,因为模型2能更好阐明理论假设。研究证实了三点:(1)应对效能不是生活事件与躯体心理问题之间的中介变量,换言之,生活事件并没有通过一般效能或应对效能对躯体心理问题发生作用,而是三者协同作用于躯体心理问题。但是应该注意到的是应对效能在这种协同作用中发挥的影响更大,其负荷 -0.51 ,比生活事件应激(0.20)和一般效能(0.01)高。研究结果提示我们,应对效能在对躯体心理问题的作用上,是比生活事件、一般效能更重要的因素,对应对效能应该有足够的重视。(2)生活事件与一般效能和应对效能相关甚微。说明一般效能与应对效能并不随近期生活事件的重要程度而变化,即一个人近期遭遇了严重的生活事件并不使其一般效能或应对效能即刻提高或降低。生活事件显然是一种外在的、情境性、事件性的变量,而应对效能与一般效能则是一种内在的、心理的、更为稳定的变量。(3)虽然一般效能与应对效能有高度的相关,但是它们对躯体心理问题的作用是不一样的,应对效能的作用更大,而一般效能的作用甚微。

3.2 应对效能与一般效能对 SARS 应激反应的作用的验证性研究

进一步的理论假设是,应对效能较之一般效能,对严重突发性事件如可能出现的 SARS 的应激反应,应当发生更大的干预作用。由于本研究期间,正值 2003 年冬季来临,全国正处担心 SARS 卷土重来的特殊时期,新一轮的恐慌在一定程度上再度出现。当此之时(2003 年 11 月~12 月间),我们在研究应对效能的同时,及时使用《SARS 应激反应问卷》在曾经出现过 SARS 感染者的城市如上海、南京、苏州、济南、广州等补充测量了 600 名大学生被试,评

估在这一特殊时期对可能再度出现的 SARS 的应激反应。为验证这一假设,尝试建立一般自我效能、应对效能同这种对可能出现的 SARS 的应激反应的结构方程模型。该模型 χ^2 为 2.722, df 为 3, p 值 0.437;规范拟合指数 NFI 为 1,RFI 为 0.999,IFI 为 1,比较拟合指数 CFI 为 1,近似误差的均方根 RMSEA 为 0.068。模型的拟合较好。见图 3。可以看到,应对效能对可能出现的 SARS 的应激反应的作用是负向的(系数 -0.59),表明应对效能愈高,应激反应愈小;可见对干预应激反应的作用明显的。一般自我效能对应激反应的作用则非常微弱(系数 0.05)。这一结果再次证实,应对效能是一个非常值得我们重视的严重突发性事件应激反应的干预变量。

3.3 吸毒者与正常人的应对效能的比较研究

为进一步通过实证研究揭示应对效能的意义,我们对 30 人的吸毒者进行研究,并根据年龄、性别匹配一般人群的被试,建立与之比较的一般人群组,测量了两组被试的应对效能。比较结果如下(表 1)。

表 1 吸毒者与一般人应对效能的比较

	组别	N	M	SD	t
胜任力	一般人群	30	8.9667	1.8473	4.961***
	吸毒者组	30	6.6333	1.6078	
自信程度	一般人群	30	29.4333	4.2238	2.453***
	吸毒者组	30	25.3000	4.3955	
认知水平	一般人群	30	17.8000	2.0240	1.267*
	吸毒者组	30	16.7333	1.8370	
总分	一般人群	30	62.2000	7.0094	3.869***
	吸毒者组	30	53.5000	6.5482	

注: * $p < 0.05$; *** $p < 0.0001$

表 2 应对效能量表常模 (N = 1806)

性别	N	胜任力		自信程度		认知水平		总量表	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
男	1000	8.7540	2.0723	28.3598	4.8326	17.1640	2.6554	60.3347	8.4645
女	806	8.1234	1.8686	26.7453	4.4836	17.4817	2.2495	58.3218	7.4827

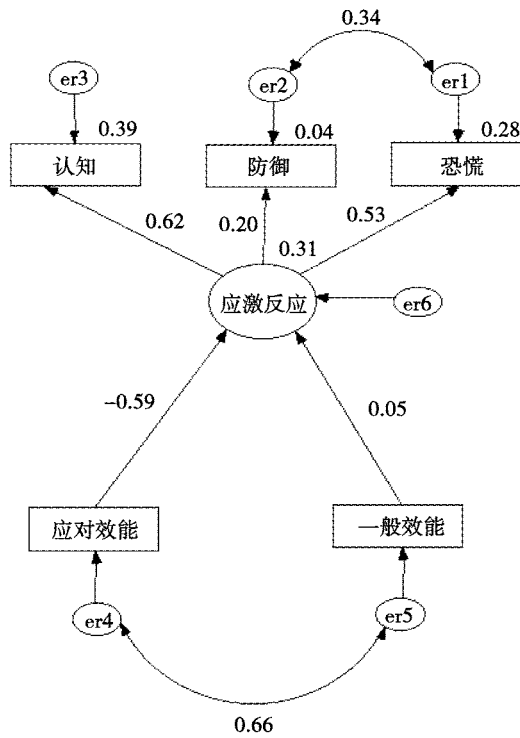


图 3 一般效能及应对效能对可能出现的 SARS 的应激反应的作用

吸毒者与一般人比较,应对效能各分量表及总量表的分数均显著低。唯认知水平一项显著水平 $p < 0.05$,其它均 $p < 0.0001$ 。研究结果再次证明,应对效能能够有效区分吸毒人群与一般正常人群,是一个非常非常重要的变量,有较大的临床意义。

3.4 应对效能量表的常模

应对效能业已证明是一个非常值得重视的变量,且应对效能量表也表明有较满意的信度与效度,因此,应对效能量表应该有一定的应用潜力。在此,我们建立了一个全国大学生样本的常模,可提供给有关研究者参考使用,见表 2。我们将进一步建立全国成人的常模,以使其应用范围更大。

4 讨论

应对效能既是应对中个人风格层面的延伸与拓展,又是自我效能在应对情境中的具体表现,所以它是一个非常复杂而深刻的概念与假说。本研究证实了应对效能的存在及其重要作用:其一,应对效能显

著地以独特而深刻的效用区别于一般自我效能。在对躯体症状、抑郁和焦虑的作用中,以及对严重突发性事件如对可能出现的 SARS 的应激反应中,应对效能比一般效能发挥更重要的作用。同时它又与一般效能有较高的相关,表明它们又同属自我效能性质。这一点证实了班杜拉强调的领域关联性 (domain-linked) 假设,也证实了我们的一般效能“打折扣”的假设。自我效能与情境密切相关,所以我们认为一般效能的跨情境性可能会“打折扣”。即虽然我们不否认一般效能的存在,但是一般效能的效用,在特定的情境中,可能会减低。应对效能这一概念更多与应激情境相关,所以它对在应激情境中人们的应对资源,能够做出更好的解释。其二,应对效能发挥作用的机制表明它是一个独立的稳定的变量,它不是生活事件与躯体心理问题之间的中介变量,生活事件并没有通过一般效能或应对效能对躯体心理问题间接地发生作用,而是三者协同作用于躯体心理问题。由于应对效能在这种协同作用中发挥的影响更大,研究结果提示我们,应对效能在对躯体心理问题的作用上,是比生活事件、一般效能更重要的因素。其三,生活事件与一般效能和应对效能相关甚微。一般效能与应对效能并不随近期生活事件的重要程度而变化,一个人近期遭遇了严重的生活事件并不使其一般效能或应对效能即刻提高或降低。生活事件是外在的、情境性、事件性的变量,而应对效能与一般效能则是内在的、心理的、更为稳定的变量。其四,一般效能与应对效能有高度的相关,但是它们对躯体心理问题的作用是不一样的,应对效能的作用更大,而一般效能的作用甚微。因此,应对效能比一般效能更重要,更值得我们重视。

根据应对效能的理论假设编制的量表有良好的信度与效度。其克隆巴赫 α 系数为 0.86,分半信度 0.79。探索性因素分析和验证性因素分析揭示应对效能主要由三个因素构成,最重要的因素是自信程度。自信程度可理解为人们在面临应激情境时,基于已往的经验以及自己的人格特质,对自身的状况、情境的特点、可资利用的各种资源的评估、期待。其次是认知水平,可理解为人们理智地解决问题的努

力以及采用积极的策略的可能性有多大。再次是胜任力的知觉,可理解为对是否能应对应激情境的能力的知觉。问卷的聚合效度与区分效度也比较满意。30 个人的吸毒者与一般正常人的比较提供了实证效度的证据,应对效能能够有效区分吸毒人群与一般正常人群。研究表明,应对效能是一个可以有效测量的、区别于一般效能、在躯体及心理障碍、严重突发性事件应激反应中值得重视的干预变量。

5 结论

研究证实了应对效能的存在及其重要作用。应对效能既是应对中个人风格层面的延伸与拓展,又是自我效能在应对情境中的具体表现,它区别于一般自我效能,是一种更为重要的变量。

根据应对效能的理论假设编制的量表有良好的信度与效度。研究表明,应对效能是一个可以有效测量的、在躯体及心理问题、严重突发性事件应激反应中值得重视的干预变量。

参 考 文 献

- 1 Carter B D, Bendeu R D. et al. Behavioral Health: Focus on Preventive Child Health Behavior. In: Zeiner A R, Bendell R D, et al (eds), Health Psychology: Treatment and Research Issues. New York, Plenum Press, 1985. 8 ~ 19
- 2 Andrews G. Life event stress, social support, coping style, and risk of psychological impairment. *Nerve Mental Disorder*, 1978, 166: 307 ~ 316
- 3 Kraaij V, Garnefski N, et al. Negative life events and depressive symptoms in late adolescence: Bonding and cognitive coping as vulnerability factors? *Journal of Youth and Adolescence*, 2003, 32 (3): 185 ~ 193
- 4 Xiao J H, Xu X F. Validity and reliability of the ways of coping (in Chinese). *Chinese Mental Health Journal*, 1996, 10 (4): 164 ~ 168
(肖计划,许秀峰.“应对方式问卷”效度和信度研究. *中国心理卫生杂志*, 1996,10(4):164 ~ 168)
- 5 Jie Y N. The pilot study about reliability and validity of simple scales of the ways of coping (in Chinese). *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 1998,6(2):114 ~ 115
(解亚宁. 简易应对方式量表信度和效度的初步研究. *中国临床心理学杂志*, 1998,6(2):114 ~ 115)
- 6 Liang B Y. et al. Thinking about the coping and demonstrational research (in Chinese). *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 1999,7(4):200 ~ 203
(梁宝勇等. 关于应付的一些思考与实证研究. *中国临床心理学杂志*, 1999,7(4):200 ~ 203)
- 7 Chen S L, Zhen Q Q. Discuss the relativity between stressor, the ways of coping and emotion of the students of high school. *Chinese Mental Health Journal*, 2002,16(5):337 ~ 339
(陈树林,郑全全. 中学生应激源、应付方式和情绪相关性探讨. *中国心理卫生杂志*,2002,16(5):337 ~ 339)
- 8 Bandura A. Self - efficacy: The exercise of control (in Chinese). East China Normal University Press, 2003. 366 ~ 511
(班杜拉. 自我效能:控制的实施. 繆小春等译. 华东师范大学出版社, 2003. 366 ~ 511)
- 9 Van Dick R, Wagner U. Stress and strain in teaching: A structural equation approach. *British Journal of Educational Psychology*, 2001, 71(2): 243 ~ 259
- 10 Sirbasku C, Sarah L. Parents of children diagnosed with pervasive developmental disorders: An examination of family strengths, coping, distress, and efficacy. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 2001, 61 (9 - B): 5006
- 11 Benight C C; Freyaldenhoven R W. et al. Coping self - efficacy and psychological distress following the Oklahoma City bombing. *Journal of Applied Social Psychology*, 2000, 30(7): 1331 ~ 1344
- 12 Wang C K, Liu Y. The correlation with general self - efficacy, trait anxiety, state anxiety and test anxiety (in Chinese). *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 2000,8(4):229 ~ 230
(王才康,刘勇. 一般自我效能感与特质焦虑、状态焦虑和考试焦虑的相关研究. *中国临床心理学杂志*, 2000,8(4):229 ~ 230)
- 13 Zhang M Y. Handbook of psychiatric schedules. Hu Nan Science and Technology Press, 1993. 25 ~ 159
(张明园主编. 精神科评定量表手册. 湖南科技出版社,1993. 25 ~ 159)
- 14 Wang X D. Rating scales for mental health (in Chinese). *Chinese Mental Health Journal*, 1993, supp.: 250 ~ 252
(汪向东主编. 心理卫生评定量表手册. *中国心理卫生杂志*, 1993,增刊:250 ~ 252)
- 15 Tone Huge. Model of SARS stress and it's character (in Chinese). *Acta Psychologica Sinica*, 2004,36(1): 103 ~ 109
(童辉杰. SARS 应激反应的特征与模式. *心理学报*,2004,36(1):103 ~ 109)

附录: 应对效能量表

在面对挫折与打击时,您是否有以下感受?请从4种选择中选出最符合您的答案。“完全不符合”1分,“不太符合”2分,“有些符合”3分,“完全符合”4分。

- 1 我觉得自己是脆弱的。
- 2 我担心我应付不了。
- 3 我觉得自己活得太累了。
- 4 我能承受挫折与打击。
- 5 我能将压力变成动力。
- 6 我觉得自己是坚强的。
- 7 我敢于向挫折与打击挑战。
- 8 我是不轻易向挫折与打击屈服的。
- 9 我敢于扼住命运的咽喉。
- 10 我有信心战胜任何困难。
- 11 挫折与打击不可能使我垮掉。
- 12 我会理智的分析挫折和打击。
- 13 我会积极的寻求解决的办法。
- 14 我认为人生不如意是常有的事。
- 15 我认为天无绝人之路。
- 16 我相信一切都会过去的。
- 17 我不会自暴自弃的。

DESIGNING OF COPING EFFICACY QUESTIONNAIRE AND THE CONSTRUCTION OF THEORY MODEL

Huge Tone

(The Institute of Applied Psychology of Soochow University, Suzhou 215021, China)

Abstract

Selected 1806 university students as one sample to measure the coping efficacy, and compared with another sample, composed of 30 adults who were drug addicts. The confirmative research of structural equation modeling validated that the coping efficacy existed and played an important role; the coping efficacy was different from the general efficacy, which had more important effect on body symptom, depression and anxiety, and the stress of the critical incident (such as SARS). The effecting mechanism of the coping efficacy indicated it was an independent and steady variable. The coping efficacy questionnaire had favorable reliability and validity, The Cronbach α coefficient is 0.86, the split-half coefficient is 0.79, stability reliability of 63 Ss after two months is 0.71. Exploratory factor analysis and confirmative factor analysis discovered the coping efficacy was composed of three factors, which were self-confidence degree, cognition level, competence perception. Convergent validity and discriminate validity were confirmed too. 30 adult drug addicts were compared with the normal people. The result offered the evidence of confirmative validity. At the same time, the norm of the coping efficacy questionnaire was established in this research.

Key words coping efficacy, general self efficacy, coping.