

Expressive Forbearance in the Family and Dormitory Contexts: The Influence of Family/Dormitory Affection and Emotional Intelligence

Zhiyun Wang*, Xiaoli Yang

Department of Psychology, School of Philosophy, Wuhan University, Wuhan Hubei
Email: *zwangpsy@whu.edu.cn

Received: Jul. 26th, 2018; accepted: Aug. 8th, 2018; published: Aug. 15th, 2018

Abstract

Objective: To explore college students' expressive forbearance in the family and dormitory contexts, and to examine the associations between expressive forbearance and individuals' family/dormitory affection and emotional intelligence. **Methods:** Data were selected from 374 college students, using Expressive Forbearance Questionnaire, Familial/Dormitory Affection Scale and Emotional Intelligence Scale. **Results:** 1) In general, the participants reported a significantly higher level of expressive forbearance in the dormitory context than in the family context ($F_{(1,365)} = 9.37, p = 0.002$). 2) Specifically, the participants reported significantly more Showing Weakness strategy ($F_{(1,365)} = 8.61, p = 0.004$) and less Empathizing strategy ($F_{(1,365)} = 7.82, p = 0.005$) in the family context than in the dormitory context. 3) In the family context, expressive forbearance was positively correlated with emotional intelligence ($r = 0.21, p < 0.001$) and family affection ($r = 0.14, p < 0.01$); in the dormitory context, expressive forbearance was positively correlated with emotional intelligence ($r = 0.19, p < 0.001$) and dormitory affection ($r = 0.25, p < 0.001$). 4) Based on the results of linear regression analysis, after controlling for gender, expressive forbearance in family was positively associated with emotional intelligence ($\beta = 0.19, t = 3.70, p < 0.001$) and family affection ($\beta = 0.11, t = 2.04, p = 0.04$); expressive forbearance in dormitory was positively associated with emotional intelligence ($\beta = 0.16, t = 3.16, p = 0.002$) and dormitory affection ($\beta = 0.19, t = 3.63, p < 0.001$). **Conclusions:** College students' expressive forbearance varies in the family and dormitory contexts. Both family/dormitory affection and emotional intelligence are helpful to understand the expressive forbearance in these contexts.

Keywords

Forbearance, Emotional Expression, Family Affection, Dormitory Affection, Emotional Intelligence

*通讯作者。

家庭、宿舍情境下的情绪表达忍耐：家庭/宿舍情感和情绪智力的影响

王志云*, 杨小莉

武汉大学哲学学院心理学系, 湖北 武汉

Email: zwangpsy@whu.edu.cn

收稿日期: 2018年7月26日; 录用日期: 2018年8月8日; 发布日期: 2018年8月15日

摘要

目的: 考察大学生在家庭、宿舍情境下如何使用“忍”进行情绪表达, 以及情绪表达忍耐与个体的家庭/宿舍情感、情绪智力之间的关系。方法: 以武汉市某高校374名大学生作为被试, 采用情绪表达忍耐问卷、家族主义/宿舍感情量表和情绪智力量表收集数据。结果: 1) 总体上来看, 被试在宿舍情境下比家庭情境下报告了更高层次的情绪表达忍耐($F_{(1,365)} = 9.37, p = 0.002$)。2) 具体来看不同的忍耐策略, 被试在家庭情境下比宿舍情境下报告了更高层次的“以柔克刚”策略($F_{(1,365)} = 8.61, p = 0.004$), 以及更低水平的“共情”策略($F_{(1,365)} = 7.82, p = 0.005$)。3) 在家庭情境下, 情绪表达忍耐与情绪智力($r = 0.21, p < 0.001$)、家庭情感($r = 0.14, p < 0.01$)存在显著的正相关; 在宿舍情境下, 情绪表达忍耐与情绪智力($r = 0.19, p < 0.001$)、宿舍情感($r = 0.25, p < 0.001$)也存在显著的正相关。4) 回归分析结果显示, 在控制了性别之后, 情绪智力($\beta = 0.19, t = 3.70, p < 0.001$)和家庭情感($\beta = 0.11, t = 2.04, p = 0.04$)对家庭情境下的忍耐均具有正向预测作用; 情绪智力($\beta = 0.16, t = 3.16, p = 0.002$)和宿舍情感($\beta = 0.19, t = 3.63, p < 0.001$)对宿舍情境下的忍耐也具有正向预测作用。结论: 大学生在家庭、宿舍情境下的情绪表达忍耐在总体水平、具体的忍耐策略使用上都存在显著的差异。情绪智力、家庭/宿舍情感有助于理解他们在这些情境下的情绪表达忍耐。

关键词

忍, 情绪表达, 家庭情感, 宿舍情感, 情绪智力

Copyright © 2018 by authors and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

“忍”是中国社会中的一个重要概念。在日常生活中, 人们会用忍耐的方式来应对各种个人问题、人际关系问题, 甚至社会问题(Hwang, 1997-8)。近年来, 随着本土心理学研究的发展, “忍”的概念也开始受到研究者的关注。李敏龙和杨国枢(1998)基于对“忍”的文化意义的细致考察, 提出了一个比较全面的“忍”心理学定义, 即: “忍是一种策略性的自抑机制或历程, 在此机制或历程中, 当事人为了避免对自己、他人或公众显然不利之后果的发生, 或为了预期对自己、他人或公众显然有利之后果的出现, 不得不做己所不欲的事情或承受己所不欲的身心痛苦”(第22页)。李敏龙和杨国枢(1998)指出, 忍可以通过四种心理机制发挥作用, 包括克制、坚心、容受和退让, 其他研究者也持类似的观点(比如, 黄囡莉,

2002)。尽管忍的内容丰富多样, 心理机制灵活多变, 但是通过忍耐谚语分析和问卷调查, 李敏龙和杨国枢(1998)发现, 忍经常被用来处理个人的情绪经验, 主要使用的心理机制是克制。因此, 情绪忍耐成为一个重要的研究主题。初步研究表明, 人们会使用多种忍的策略来管理自己的情绪体验, 并且表现出一种过程性和阶段性, 由此带来不同的心理适应结果(陈依芬, 黄金兰, & 林以正, 2011; 黄曬莉, 郑琬蓉, & 黄光国, 2008)。

本研究的关注点更加具体, 聚焦于个体在人际情绪互动的当下, 如何运用忍来抑制自己的情绪表达, 而暂且不考察个体过后如何(用忍或其他策略)调节自己的情绪体验。这是本研究与以往研究最大的区别, 其目的是为了更加细致、系统地了解情绪表达环节里的忍耐策略。为此, 本研究使用了王志云, 陈怡君和杨小莉(尚未发表)编制的情绪表达忍耐问卷。该问卷测量了在情绪表达中的五种常见忍耐策略。具体来说, 第一种策略是“以柔克刚”, 指个体不表达自己的真实情绪, 而是放低姿态, 向对方示弱, 从而希望得到对方的关注和体谅。第二种策略是“理智化”, 指个体忍住情绪的某些表达方式(往往是可能会伤害对方的表达), 而尽量用平静的、似乎不带情绪色彩的方式来比较直接地表达出自己的情绪。第三种策略是“共情”, 指个体避免从自己的角度来表达情绪, 而努力采用换位思考的方式来让对方了解自己的情绪感受。第四种策略是“掩饰”, 指个体尽量自然地把自己的情绪掩藏起来, 不让对方觉察。第五种策略是“暗示”, 指个体不直接表达自己的情绪, 而是采用暗示的方法迂回地表现出来。

该情绪表达忍耐问卷的总量表得分与西方心理学中的一个情绪反应管理策略——情绪抑制(emotional suppression; Gross & Levenson, 1993), 即个体在产生了情绪体验之后有意识地抑制自己的情绪表达行为——存在着显著的正相关, 与情绪表达性(emotional expressivity; Gross & John, 1995)存在着显著的负相关(王志云, 陈怡君和杨小莉, 尚未发表), 表明情绪表达忍耐在总体上具有克制的特点。不过, 上述五种策略与情绪抑制之间的相关程度存在着差异。其中, “掩饰”的抑制水平相对较高; “以柔克刚”、“理智化”和“暗示”的抑制水平较低; “共情”的抑制水平最低(王志云, 陈怡君和杨小莉, 尚未发表)。这些发现表明, 个体在情绪表达中使用的忍耐策略非常丰富, 在情绪抑制和表达性的程度上存在着差异。

为了解个体在具体情境下如何使用忍来进行情绪表达, 探索可能的影响因素, 本研究选取大学生作为被试, 考察他们在家庭和宿舍情境下的情绪表达忍耐, 并且检验其与他们对家庭/宿舍的情感和情绪智力之间的联系。家庭是个人的重要人际互动场所, 也是个人重要的情绪和情感体验场所(杨国枢, 2008; Larson & Almeida, 1999)。鉴于已有文献表明, 亲密、安全的人际关系环境与更高水平的情绪表达相联系(e.g., Murray, Holmes, & Collins, 2006), 本研究预期: 1) 被试报告的家庭情感得分高于宿舍情感得分; 2) 被试在家庭情境下报告的情绪表达忍耐得分低于宿舍情境下的忍耐得分; 3) 被试报告的家庭/宿舍情感得分与两种情境下的忍耐得分存在负相关。另外一个变量情绪智力(emotional intelligence)指的是, 个体知觉情绪、利用情绪来促进思维、理解情绪, 以及管理情绪的能力(Mayer & Salovey, 1997; 关于其他的情绪智力模型, 可参见 Fernández-Berrocal & Extremera, 2006)。已有研究表明, 更高水平的情绪智力与适应性较好的应对策略(比如以问题为中心的应对)存在正相关, 而与适应性较差的应对策略(比如逃避、抑制)存在负相关(Kafetsios & Loumakou, 2007; Saklofske, Austin, Galloway, & Davidson, 2007)。因此, 本研究预期: 4) 被试报告的情绪智力得分与两种情境下的忍耐得分存在负相关。需要注意的是, 上述第三、四个预期是基于情绪抑制的文献, 而本研究采用的情绪表达忍耐概念实际上既具有克制性, 也具有情绪表达性, 涵义更加丰富。

2. 方法

2.1. 被试

本研究于武汉市某高校的综合图书馆内选取被试, 由研究助手在图书馆的学生自习区发放问卷, 附

带签字笔等小礼品, 大约 20 分钟后回收问卷。一共回收有效问卷 374 份。其中, 男性被试 156 名(41.7%), 女性被试 211 名(56.4%), 没有填写性别的被试 7 名(1.9%)。被试的平均年龄为 20.40 岁($SD = 2.33$)。293 名(78.4%)被试为本科生, 70 名(18.7%)被试为硕士研究生, 4 名(1.1%)被试为博士研究生, 另有 7 名(1.9%)被试没有填写教育程度。

2.2. 工具

2.2.1. 情绪表达忍耐

采用王志云、陈怡君和杨小莉(尚未发表)编制的情绪表达忍耐问卷(Expressive Forbearance Questionnaire, EFQ), 要求被试回忆三个月以内, 在家庭、宿舍中分别经历过的情绪表达忍耐经验, 然后在五点量表(1 = 非常不符合, 5 = 非常符合)上回答每一个题目符合自己经验的程度。如上所述, 该问卷分为五个分量表, 每个分量表包括三个题目, 全部采用正向计分。在本研究中, 该问卷在家庭情境下的内部一致性系数为 0.77, 在宿舍情境下的内部一致性系数为 0.75。

2.2.2. 家庭/宿舍情感

采用杨国枢(2004)编制的家族主义感情量表的 6 个题目来测量被试对家庭的情感。这六个题目分别对应个体对于家庭的一体感、归属感、关爱感、荣辱感、责任感和安全感。将题目中的“家庭”和“父母”分别替换成“宿舍”和“舍友”之后, 这 6 个题目也被用来测量被试对宿舍的情感。所有题目都采用六点量表计分(1 = 非常不符合, 6 = 非常符合), 其中一个题目反向计分。在本研究中, 该量表在家庭情境下的内部一致性系数为 0.88, 在宿舍情境下的内部一致性系数为 0.89。

2.2.3. 情绪智力

采用 Schutte, Malouff, Hall 等(1998)编制, 刘艳梅(2008)翻译修订的中文版情绪智力量表(Emotional Intelligence Scale, EIS)。参考 Chan (2003)的维度结构, 本研究选择使用 12 个题目, 属于 4 个维度(即情绪自我管理、情绪利用、共情和社交技巧), 但是在数据分析中只使用总量表得分。被试在五点量表(1 = 非常不符合, 5 = 非常符合)上评价每一个题目是否符合他们的个人特点。在本研究中, 该量表的内部一致性系数为 0.79。

2.3. 数据处理

使用 SPSS 22.0 进行统计分析, 主要包括单因素方差分析、单因素重复测量方差分析、相关分析和线性回归分析。

3. 结果

3.1. 情境差异检验

以情境(家庭、宿舍)作为被试内因子, 以性别作为协变量, 对情绪表达忍耐问卷得分进行单因素重复测量方差分析。结果显示, 家庭情境和宿舍情境下的忍耐得分存在显著的差异(家庭: $M = 2.99$, $SD = 0.46$; 宿舍: $M = 3.05$, $SD = 0.45$; $F_{(1,365)} = 9.37$, $p = 0.002$)。被试在宿舍情境下报告了更高水平的忍耐。性别效应并不显著($F_{(1,365)} = 1.63$, $p = 0.20$), 但是情境和性别之间存在着显著的交互效应($F_{(1,365)} = 16.50$, $p < 0.001$)。对不同性别的被试在家庭、宿舍情境下的忍耐得分进行单因素方差分析, 结果见图 1。在家庭情境下, 男性比女性报告了更高水平的忍耐(男性: $M = 3.08$, $SD = 0.41$; 女性: $M = 2.93$, $SD = 0.49$; $F_{(1,365)} = 8.94$, $p = 0.003$); 而在宿舍情境下, 男性和女性报告的忍耐得分不存在显著的差异(男性: $M = 3.03$, $SD = 0.44$; 女性: $M = 3.07$, $SD = 0.45$; $F_{(1,365)} = 0.60$, $p = 0.44$)。

具体来看情绪表达忍耐问卷的五个分量表得分, 仍然以情境(家庭、宿舍)作为被试内因子, 以性别作为协变量, 分别进行单因素重复测量方差分析。结果显示, 家庭、宿舍情境下的“以柔克刚”策略(家庭: $M=2.34$, $SD=0.73$; 宿舍: $M=2.23$, $SD=0.80$; $F_{(1,365)}=8.61$, $p=0.004$)和“共情”策略(家庭: $M=3.20$, $SD=0.69$; 宿舍: $M=3.24$, $SD=0.73$; $F_{(1,365)}=7.82$, $p=0.005$)存在显著的差异。被试在家庭情境下报告了更高水平的“以柔克刚”策略, 而在宿舍情境下报告了更高水平的“共情”策略。在这两个策略上, 性别效应都不显著(“以柔克刚”: $F_{(1,365)}=2.54$, $p=0.11$; “共情”: $F_{(1,365)}=3.12$, $p=0.08$), 但是情境和性别之间存在着显著的交互效应(“以柔克刚”: $F_{(1,365)}=4.32$, $p=0.04$; “共情”: $F_{(1,365)}=10.96$, $p=0.001$)。对不同性别被试在两种情境下的“以柔克刚”和“共情”得分进行单因素方差分析, 结果见图2。在家庭情境下, 男性比女性报告了更高水平的“以柔克刚”(男性: $M=2.45$, $SD=0.73$; 女性: $M=2.26$, $SD=0.73$; $F_{(1,365)}=6.11$, $p=0.014$); 而在宿舍情境下, 男性和女性报告的“以柔克刚”得分不存在显著的差异(男性: $M=2.25$, $SD=0.81$; 女性: $M=2.21$, $SD=0.80$; $F_{(1,365)}=0.24$, $p=0.63$)。在“共情”策略上, 男性和女性在家庭情境下不存在显著的差异(男性: $M=3.20$, $SD=0.67$; 女性: $M=3.20$, $SD=0.72$; $F_{(1,365)}=0.01$, $p=0.92$); 但是在宿舍情境下, 女性比男性报告了更高水平的“共情”(男性: $M=3.11$, $SD=0.69$; 女性: $M=3.34$, $SD=0.74$; $F_{(1,365)}=9.70$, $p=0.002$)。

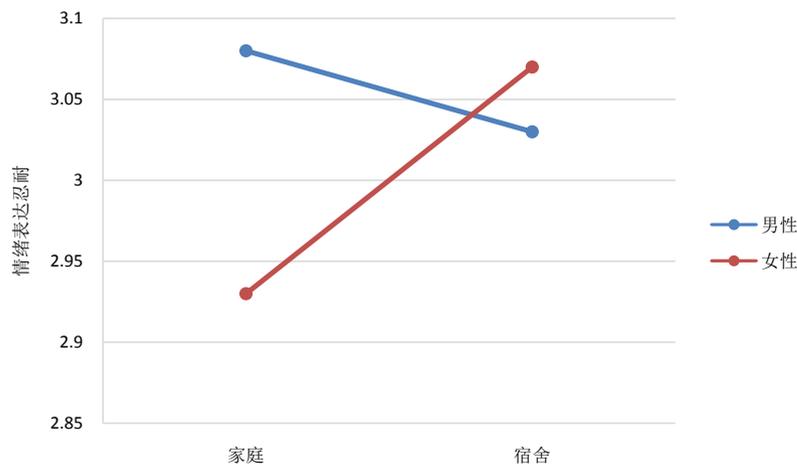


Figure 1. Interactive effect of situation and gender on expressive forbearance
图1. 情绪表达忍耐上的情境与性别交互效应

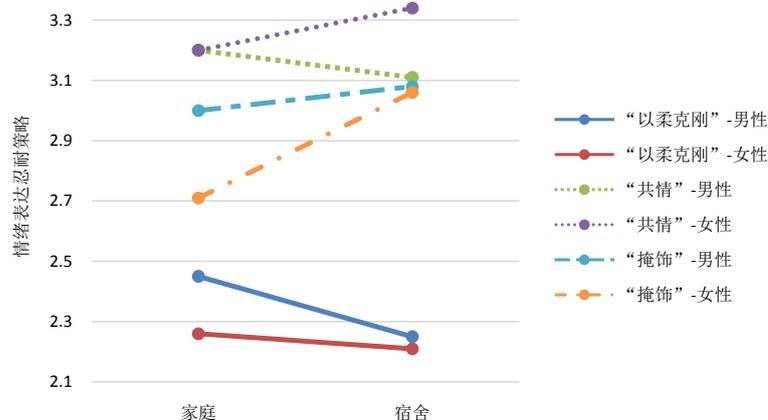


Figure 2. Interactive effects of situation and gender on three forbearance strategies
图2. 情绪表达忍耐三个策略上的情境与性别交互效应

在“掩饰”策略上, 情境的主效应不显著(家庭: $M=2.83$, $SD=0.76$; 宿舍: $M=3.07$, $SD=0.80$; $F_{(1,365)}=1.89$, $p=0.17$), 性别效应显著($F_{(1,365)}=5.16$, $p=0.02$), 并且存在显著的情境与性别的交互效应($F_{(1,365)}=9.88$, $p=0.002$)。进一步的单因素方差分析结果显示(图 2), 在家庭情境下, 男性比女性报告了更高水平的“掩饰”(男性: $M=3.00$, $SD=0.73$; 女性: $M=2.71$, $SD=0.76$; $F_{(1,365)}=13.97$, $p<0.001$); 而在宿舍情境下, 男性和女性报告的“掩饰”得分不存在显著的差异(男性: $M=3.08$, $SD=0.78$; 女性: $M=3.06$, $SD=0.81$; $F_{(1,365)}=0.04$, $p=0.84$)。被试在“理智化”和“暗示”策略上不存在显著的情境、性别效应, 为节省空间, 这里不作报告。

同样, 以情境(家庭、宿舍)作为被试内因子, 以性别作为协变量, 对家庭、宿舍情感进行单因素重复测量方差分析。结果显示, 被试报告的家庭情感得分显著地高于宿舍情感得分(家庭情感: $M=4.86$, $SD=0.89$; 宿舍情感: $M=4.14$, $SD=0.95$; $F_{(1,365)}=24.89$, $p<0.001$)。另外, 性别效应显著($F_{(1,365)}=12.41$, $p<0.001$), 而情境与性别的交互效应不显著($F_{(1,365)}=1.68$, $p=0.20$)。女性比男性报告了更高的家庭情感得分(女性: $M=4.94$, $SD=0.91$; 男性: $M=4.75$, $SD=0.85$; $F_{(1,365)}=4.27$, $p=0.04$)和宿舍情感得分(女性: $M=4.28$, $SD=0.94$; 男性: $M=3.94$, $SD=0.92$; $F_{(1,365)}=12.20$, $p<0.001$)。

3.2. 相关分析

首先, 对情绪智力得分进行性别差异检验, 单因素方差分析结果显示不存在显著的性别差异(女性: $M=3.71$, $SD=0.45$; 男性: $M=3.66$, $SD=0.46$; $F_{(1,365)}=1.23$, $p=0.27$)。然后, 对情绪智力、家庭情感、宿舍情感, 以及在家庭、宿舍情境下的情绪表达忍耐得分进行相关分析, 结果见表 1。从表 1 中可以看出, 被试在家庭、宿舍情境下的忍耐得分与情绪智力、家庭/宿舍情感得分都存在显著的正相关。具体来看五种忍耐策略, 表 1 显示, 情绪智力、家庭/宿舍情感得分主要与两种情境下的“理智化”、“共情”和“暗示”策略存在显著的正相关, 而与“以柔克刚”和“掩饰”策略之间的相关并不显著。

Table 1. Correlations between the variables ($n=374$)

表 1. 相关分析结果($n=374$)

	情绪智力	家庭情感	宿舍情感	忍耐_家庭	忍耐_宿舍
情绪智力	1				
家庭情感	0.26***	1			
宿舍情感	0.15**	0.26***	1		
忍耐_家庭	0.21***	0.14**	0.12*	1	
“以柔克刚”	0.03	-0.002		0.58***	
“理智化”	0.25***	0.26***		0.69***	
“共情”	0.30***	0.21***		0.64***	
“掩饰”	-0.05	-0.04		0.67***	
“暗示”	0.17***	0.06		0.66***	
忍耐_宿舍	0.19***	0.04	0.25***	0.53***	1
“以柔克刚”	-0.03		0.07		0.58***
“理智化”	0.21***		0.27***		0.63***
“共情”	0.26***		0.44***		0.62***
“掩饰”	-0.005		-0.002		0.64***
“暗示”	0.18***		0.02		0.59***

注: * $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$ 。

3.3. 回归分析

首先, 分别以家庭、宿舍情境下的情绪表达忍耐为因变量, 以性别(建立哑变量, 其中 0 = 女性, 1 = 男性)为控制变量(方法: 输入), 以情绪智力和家庭/宿舍情感为自变量(方法: 输入), 进行线性回归分析, 结果见表 2。为使回归系数更具有解释意义, 自变量在进入方程前进行了中心化处理。如表 2 所示, 在控制了性别之后, 情绪智力和家庭/宿舍情感依然可以正向预测被试在两种情境下的忍耐。

4. 讨论

4.1. 家庭、宿舍情境下的情绪表达忍耐

首先, 本研究发现, 被试在家庭、宿舍情境下报告的情绪表达忍耐总体水平存在显著的差异。相比于家庭情境, 大学生在宿舍情境下报告了更高水平的忍耐。这一发现符合研究预期, 也支持了个体情绪管理灵活性的观点, 即个体会根据具体的情境特点、个人所拥有的管理策略资源等灵活地进行情绪管理, 包括情绪表达的管理(e.g., Bonanno & Burton, 2013)。

其次, 本研究发现, 被试在家庭、宿舍情境下使用的具体忍耐策略存在差异。两种情境对比之下, 大学生在家庭情境下报告了更高水平的“以柔克刚”, 在宿舍情境下报告了更高水平的“共情”。如上所述, “以柔克刚”策略是个人不直接表达自己的情绪, 而是以退为进, 通过示弱等方法, 使对方关注和体谅自己。黄囡莉, 郑琬蓉和黄光国(2008)曾经对日常生活上下关系中的“以退为进”和“以柔克刚”式的忍策略给出了一些详细描述, 并指出这些忍耐策略实际上一方面表现了自己的感受, 另一方面又维持

Table 2. Results of regression analyses ($n = 367$)

表 2. 回归分析结果($n = 367$)

	回归系数					回归方程		
	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>R</i> ²	ΔR^2	<i>p</i>
忍耐_家庭								
模型 1						0.02		0.003
常数	2.93	0.03		93.16	<0.001			
性别	0.14	0.05	0.16	2.99	0.003			
模型 2						0.08	0.06	<0.001
常数	2.92	0.03		95.22	<0.001			
性别	0.17	0.05	0.18	3.50	0.001			
情绪智力	0.20	0.05	0.19	3.70	<0.001			
家庭情感	0.06	0.03	0.11	2.04	0.04			
忍耐_宿舍								
模型 1						0.002		0.44
常数	3.07	0.03		99.67	<0.001			
性别	-0.04	0.05	-0.04	-0.77	0.44			
模型 2						0.07	0.07	<0.001
常数	3.05	0.03		101.63	<0.001			
性别	0.003	0.05	0.003	0.06	0.96			
情绪智力	0.16	0.05	0.16	3.16	0.002			
宿舍情感	0.09	0.02	0.19	3.63	<0.001			

了人际关系和谐,可能是解决人际冲突和权威压迫的一个有效途径。考虑到大学生在家庭情境下的情绪表达会较多地涉及父母等长辈,符合黄囡莉,郑琬蓉和黄光国(2008)研究中的上下关系,而在宿舍情境下的情绪表达主要涉及同学这一平辈关系,本研究的发现表明,个体可能会在上下关系中更多地使用“以柔克刚”策略。未来研究可以对此进行实证检验。

当个人使用“共情”式的忍来表达情绪时,他/她会尽量避免从自己的角度来表达情绪,而是努力从对方的角度出发,以便于对方能更好地理解自己的情绪感受。以往研究表明,人际关系的亲密程度会影响个体的共情(Cheng, Chen, Lin, Chou, & Decety, 2010),本研究也发现“共情”策略与两种情境下的情感强度都存在正相关。但是,目前的文献尚少探索不同类型的亲密人际关系对共情的影响。本研究的发现表明,个体在平等关系中(比如在宿舍中)比在上下关系中(比如在家庭中)可能会更多地使用“共情”策略来表达情绪。未来研究需要对此进行实证检验。

4.2. 情绪表达忍耐与情绪智力、家庭/宿舍情感

首先,本研究发现被试在家庭、宿舍情境下的情绪表达忍耐都与情绪智力存在显著的正相关。这与研究预期不一致。其次,本研究发现被试在家庭、宿舍情境下的忍耐与家庭/宿舍情感也存在显著的正相关。这与研究预期也不一致。如前所述,这两个研究预期建立在以下三组文献的基础上:第一,情绪智力水平高的个体倾向于使用适应性较好的应对策略,比如以问题为中心的应对,而情绪智力水平低的个体倾向于使用适应性较差的应对策略,比如逃避、抑制(Saklofske et al., 2007)。第二,在质量高的人际关系中,个体的情绪表达性更高(e.g., Murray, Holmes, & Collins, 2006)。第三,情绪表达忍耐与情绪抑制存在正相关,而与情绪表达性存在负相关(王志云,陈怡君,杨小莉,尚未发表)。

因此,解释这些不一致研究结果的关键就是理解情绪表达忍耐与情绪抑制、表达性的联系。本研究对具体忍耐策略进行的相关分析结果表明,情绪智力、家庭/宿舍情感主要与“理智化”、“共情”和“暗示”策略存在显著的正相关,而与“以柔克刚”和“掩饰”策略之间的相关并不显著。如前所述,“理智化”、“共情”和“暗示”策略的情绪抑制水平正好都比较低,而具有较高的情绪表达性(王志云,陈怡君,杨小莉,尚未发表)。另外,王志云,陈怡君和杨小莉(尚未发表)也发现,“理智化”、“共情”和“暗示”这三个忍耐策略与消极的心理适应指标(比如抑郁、人际关系敏感)并不存在显著的联系,因而对于个体的心理适应性没有消极的影响。综合这两方面,可以得到这样的认识,即“理智化”、“共情”和“暗示”策略具有较低的情绪抑制水平和较高的情绪表达性,不宜视为适应性差的情绪管理策略。在这种情况下,本研究所发现的这三种忍耐策略与情绪智力、家庭/宿舍情感存在显著的正相关,具有合理性,符合上述的第一、二组文献。

事实上,将“理智化”、“共情”和“暗示”这三个忍耐策略视为适应性较好的情绪管理策略,与已有的“忍”研究成果也是相一致的。研究者们一般认为,忍既有消极的一面,也有积极的一面。比如,李敏龙和杨国枢(1998)在问卷调查中发现,超过六成的回答认可“忍”具有正面影响,主要包括减少人际冲突、促进关系和谐、顺利完成事情,以及促进个人修养。黄囡莉(2002)提出,当个体使用“压抑式忍”时,会对心理健康产生不利的影响,而使用“认知转移式忍”以及“策略性反应式忍”时,则会对心理健康产生积极的影响。陈依芬,黄金兰和林以正(2011)通过实证研究表明,“隐忍式忍”和“转移式忍”对心理适应有不利的影响,而“精神式忍”、“同理式忍”和“修养式忍”与心理健康指标没有显著的关联。本研究的发现进一步展示了“忍”在情绪表达这个环节中的内容丰富性、方式灵活性,以及功能多样性。

4.3. 研究局限

本研究在三个方面存在不足。首先,选取的情绪表达情境只有两个,宿舍是大学生在学校期间的居

住之处, 与家庭类似, 都是大学生情感水平很高的情境。未来研究可以考察其他差别更大的情境, 以更全面、深入地了解人们在日常生活中如何使用忍耐来表达情绪。另外, 本研究发现大学生在不同类型的关系中(比如上下关系、平等关系)可能倾向于使用不同的忍耐策略来表达情绪, 未来研究需要对此进行系统的实证检验。其次, 本研究使用的情绪表达忍耐问卷尚且没有公开发表, 研究结果带有探索性, 未来研究需要进一步对此进行验证。需要说明的是, 本研究选择该问卷的一个原因是目前的“忍”研究总体上还处于起步阶段, 缺少成熟的相关测量问卷。该情绪表达忍耐问卷首次比较系统地测量了个体在情绪表达方面的忍耐策略, 并且信效度检验良好, 在现阶段可以用来进行一些探索性研究。最后, 本研究初步探索了情绪智力、家庭/宿舍情感与情绪表达忍耐的关系, 并且得到了一些富有启发性的研究发现。但是, 这两个变量所展示的只是图景的一小块。未来研究需要建立一个理论模型, 纳入不同层次的研究变量, 以更系统地检验哪些潜在变量会影响个体的情绪表达忍耐。

基金项目

本研究得到教育部人文社会科学研究青年基金项目(15YJC190019)资助。

参考文献

- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory Flexibility: An Individual Differences Perspective on Coping and Emotion Regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 8, 591-612. <https://doi.org/10.1177/1745691613504116>
- Chan, D. W. (2003). Dimensions of Emotional Intelligence and Their Relationship with Social Coping among Gifted Adolescents in Hong Kong. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 409-418. <https://doi.org/10.1023/A:1025982217398>
- Cheng, Y. W., Chen, C. Y., Lin, C. P., Chou, K. H., & Decety, J. (2010). Love Hurts: An fMRI Study. *NeuroImage*, 51, 923-929. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2010.02.047>
- Fernández-Berrocá, P., & Extremera, N. (2006). Emotional Intelligence: A Theoretical and Empirical Review of Its First 15 Years of History. *Psicothema*, 18, 7-12.
- Gross, J. J., & John, O. P. (1995). Facets of Emotional Expressivity: Three Self-Report Factors and Their Correlates. *Personality and Individual Differences*, 19, 555-568. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00055-B](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00055-B)
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1993). Emotional Suppression: Physiology, Self-Report, and Expressive Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 970-986. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.6.970>
- Hwang, K. K. (1997-8). Guanxi and Mientze: Conflict Resolution in Chinese Society. *Intercultural Communication Studies*, 1, 17-42.
- Kafetsios, K., & Loumakou, M. (2007). A Comparative Evaluation of the Effects of Trait Emotional Intelligence and Emotion Regulation on Affect at Work and Job Satisfaction. *International Journal of Work Organization and Emotion*, 2, 71-87. <https://doi.org/10.1504/IJWOE.2007.013616>
- Larson, R. W., & Almeida, D. M. (1999). Emotional Transmission in the Daily Lives of Families: A New Paradigm for Studying Family Process. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 5-20. <https://doi.org/10.2307/353879>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What Is Emotional Intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Applications* (pp. 3-31). New York: BasicBooks.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Collins, N. L. (2006). The Relational Signature of Felt Security. *Psychological Bulletin*, 132, 641-666. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.5.641>
- Saklofske, D. H., Austin, E. J., Galloway, J., & Davidson, K. (2007). Individual Difference Correlates of Health-Related Behaviours: Preliminary Evidence for Links between Emotional Intelligence and Coping. *Personality and Individual Differences*, 42, 491-502. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.08.006>
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4)
- 陈依芬, 黄金兰, 林以正(2011). 忍的情绪调控策略与心理适应之关联. *本土心理学研究*, 35, 3-56.
- 黄囡莉(2002). 孰可忍?孰不可忍?从现代化的“批判”到本土化的“坚忍”之间. 载于叶启政(主编), *现代化到本土化*. 台北: 远流出版公司.
- 黄囡莉, 郑琬蓉, 黄光国(2008). 迈向发声之路: 上下关系中“忍”的历程与自我之转化. *本土心理学研究*, No 29, 3-76.
- 李敏龙, 杨国枢(1998). 中国人的忍: 概念分析与实证研究. *本土心理学研究*, 10, 3-68.

-
- 刘艳梅(2008). *Schutte 情绪智力量表的修订及特点研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 杨国枢(2004). *中国人的心理与行为: 本土化研究*. 北京: 中国人民大学出版社.
- 杨国枢(2008). 华人社会取向的理论分析. *华人本土心理学(上)*. 重庆: 重庆大学出版社.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org