

高中一年级学生情绪智力与适应取向心理健康的关系

刘丽美^{1,2}, 刘丽英³, 徐向东^{4,5*}

¹新疆师范大学心理学院, 新疆 乌鲁木齐

²新疆心智发展与学习科学重点实验室, 新疆 乌鲁木齐

³中国医学科学院肿瘤医院护理部, 北京

⁴新疆精神卫生中心, 新疆 乌鲁木齐

⁵乌鲁木齐市第四人民医院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2023年9月2日; 录用日期: 2023年10月5日; 发布日期: 2023年10月17日

摘 要

目的: 探讨高中一年级学生的情绪智力与适应取向心理健康的关系。方法: 基于方便取样的方法, 选用《中学生心理健康量表》和《高中生情绪智力量表》对邯郸市某中学127名学生展开调查。结果: 1) 适应取向心理健康为78.12分, 情绪智力为164.1分; 2) 情绪智力与适应取向心理健康呈现显著正相关($r = 0.435, p < 0.01$); 3) 情绪智力可以正向预测适应取向心理健康33.1%的变异量。结论: 高中一年级学生的情绪智力和适应取向心理健康总体处于中等及其以上的水平, 并在性别、学科类别及家庭居住地等人口学变量上存在不同程度的差异; 情绪智力与适应取向心理健康存在正相关关系; 情绪智力对适应取向心理健康有良好的预测作用。

关键词

高中一年级学生, 情绪智力, 心理健康, 适应取向

The Relationship between Emotional Intelligence and Adaptive-Oriented Mental Health of First-Year High School Students

Limei Liu^{1,2}, Liying Liu³, Xiangdong Xu^{4,5*}

¹School of Psychology, Xinjiang Normal University, Urumqi Xinjiang

²Xinjiang Key Laboratory of Mental Development and Learning Science, Urumqi Xinjiang

³Nursing Department, Cancer Hospital, Chinese Academy of Medical Science, Beijing

*通讯作者。

文章引用: 刘丽美, 刘丽英, 徐向东(2023). 高中一年级学生情绪智力与适应取向心理健康的关系. *心理学进展*, 13(10), 4335-4342. DOI: 10.12677/ap.2023.1310545

⁴Xinjiang Mental Health Center, Urumqi Xinjiang

⁵Urumqi Fourth People's Hospital, Urumqi Xinjiang

Received: Sep. 2nd, 2023; accepted: Oct. 5th, 2023; published: Oct. 17th, 2023

Abstract

Objective: To explore the relationship between emotional intelligence and adaptive-oriented mental health of first-year high school students. **Methods:** Based on the method of convenient sampling, the study of the psychological health scale of the high school students and the emotional intelligence scale of high school students was used to investigate the 127 students in a middle school in Handan. **Results:** 1) The adaptive-oriented mental health was 78.12, and the emotional intelligence was 164.1. 2) Emotional intelligence and adaptive-oriented mental health are significantly relevant ($r = 0.435, p < 0.01$); 3) Emotional intelligence can predict the variation in the mental health of 33.1 percent. **Conclusion:** The emotional intelligence and adaptive-oriented mental health of high school students were generally in the middle and above levels, and there were different degrees of differences in the demographic variables such as gender, subject category and inhabitancy place of family. Emotional intelligence and adaptive-oriented mental health are positively correlated; Emotional intelligence has a good prediction effect on adaptive-oriented mental health.

Keywords

Senior High School Freshman, Emotional Intelligence, Mental Health, Adaptive-Oriented

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

高中一年级学生在面对全新的环境、高密度的课业、快节奏的学习方式时,相比初中时期,身心处于重要的转折期,该群体将迎来严峻挑战。高中三年是青少年身心迅猛发展时期,不仅仅是获得学业成绩打开通往更高学府大门的关键期,而且也是发展健全人格、形成正确价值观的里程碑,如何顺利应对这一挑战,为三年的高中生涯打下坚实的心理基础,成为高中一年级学生的首要必修课。

由于不同研究者对心理健康的研究角度和标准不同,在描述心理健康的人的行为特征时涉及的品质范围与关注的重点不同,使心理健康的标准没有达到统一。各界学者对心理健康有以下共识:1) 心理健康有一定的相对性,即把个体心理健康水平同所在总体进行比较;2) 心理健康的水平是有一定连续性的,即从不健康到健康状态的连续体;3) 心理健康是一个发展变化的概念。同时,黄希庭等人认为心理健康具有层次性,可分为心理疾病或障碍、心理机能正常和人格健全三个层次(黄希庭,郑涌,李宏翰,2006)。心理机能正常属于“消极心理健康”,是低层次的心理;人格健全属于“积极心理健康”,是高层次的心理。目前对中学生心理健康的测量量表分为三大类(王婷婷,马和民,2010):1) 症状取向的心理诊断量表,旨在对中学生的心理问题或心理障碍进行检测,如症状自评量表(SCL-90)、王极盛所编制的“中国中学生心理健康量表”等;2) 适应取向的心理量表,旨在面向全体学生、针对健全人格等积极心理现象的心理测评工具,主要有苏丹编制的“适应取向的中学生心理健康量表”、俞国良

编制的中小学生心理健康量表等；3) 心理健康素质量表，主要用于考察影响心理健康状况的主体内部原因——心理健康素质，如沈德立等编制的心理健康素质量表。以往研究绝大多数采取问题症状筛查式量表，更多关注消极心理状态(例如，焦虑、抑郁、偏执等)，而忽视积极的心理健康特征。适应取向心理健康是以心理适应为基本特征，指个体不仅是没有心理疾病或障碍，更能在心理与行为上保持良好适应的状态(苏丹，2007)。适应取向心理健康属于高层次心理健康。

国内外学者基于不同的理论模型，对情绪智力有着不同的定义(周慧，2019)，测量方式也分为能力型和混合型两大类(麻彦坤，张丽，2013)。Salovey 和 Mayer 最早认为情绪智力是认识及辨识自我和他人的情绪，运用情绪信息引导自我思维和行为表现的能力(Salovey & Mayer, 1990)。同时，情绪智力是社会智力的基础，只有对自己和他人的情感操作达到一定水平，才有可能发展较好的处理社会关系的能力(卢家楣，2005)，以此更好地适应社会发展。考虑到本土化及常模偏差的问题，本研究采用我国学者许远理的理论结构，认为情绪智力是感知和体验、表达和评价、调节和控制自己及外在情绪信息的能力(许远理，2004)，及其相对应的能力型量表(盛书文，2015)。此外，以往诸多关注问题筛查的研究表明良好的情绪智力会促进心理健康水平的提升及减少心理健康问题的发生(刘怡然，2017；高翠翠，2006；贺江浩，2015；郭真珍，2019)，但在关注适应取向心理健康角度上的相关研究较少(崔丹丹，2016；程琨，2014；武宇腾，2018)。故本研究探讨适应取向心理健康和情绪智力的关系。

综上所述，本研究选用本土化较新的苏丹编制的《中学生心理健康量表》(苏丹，2007)和盛书文编制的《高中生情绪智力量表》(盛书文，2015)，以此测量高中一年级学生的适应取向心理健康和情绪智力的总体状况，及探讨该群体中情绪智力与适应取向心理健康的关系。

2. 方法

2.1. 研究对象

采用以班为单位的整体方便取样的方法，对邯郸市某中学 145 名高中一年级学生进行匿名式自我报告的问卷调查，发放问卷 145 份，因作答时间过短、作答不完整或规律作答等无效作答的情况，剔除 18 份，共计获取 127 份有效问卷，有效率为 88%。其中，男生为 44 人，女生为 83 人；文科(除主科外，选择历史、地理和政治学科)为 42 人，理科(除主科外，选择物理、化学和生物学科)为 85 人；家庭居住地为城镇的学生有 43 人，居住地为农村的学生为 84 人。

2.2. 研究工具

2.2.1. 中学生心理健康量表

本研究选用由苏丹编制的中学生心理健康量表(苏丹，2007)，包含 25 个条目，分为 5 个维度，分别为生活幸福：生活的满意程度和对自我的认识；乐于学习：对学习认识，以及从学习中体验到快乐、满足与激励；人际和谐：人际关系状况和处理人际关系的能力；考试镇静：与考试有关的紧张与焦虑；情绪稳定：情绪稳定性。该量表采用 5 点计分，“1”表示“完全不符合”，“5”表示“完全符合”。总体得分越高，表明个体的适应取向心理健康水平越高。本研究中，量表的内部一致性系数 α 为 0.856。

2.2.2. 情绪智力量表

本研究选用由盛书文编制的高中生情绪智力量表(盛书文，2015)，包含 51 个条目，分为 6 个维度(如表 1 所示)。该量表采用 5 点计分，“1”表示“不符合”，“5”表示“符合”。总体得分越高，表明个体的情绪智力能力越高。本研究中，量表的内部一致性系数 α 为 0.866。

Table 1. Six dimensions of emotional intelligence
表 1. 情绪智力的六个维度

对象维度/操作维度	自己	外在
感知和体验	感知和体验自己的情绪	感知和体验外在情绪信息
表达和评价	表达和评价自己的情绪	表达和评价外在情绪信息
调节和控制	调节和控制自己的情绪	调节和控制外在情绪信息

2.3. 统计分析

采用 SPSS25.0 软件, 对所采集的数据进行独立样本 t 检验、皮尔逊相关分析和多元线性回归等。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子法检验共同方法偏差, 析出多个特征值大于 1 的因子, 且未经旋转的第一个因子的总方差解释率为 17.418%, 小于临界值 40%, 说明本研究数据不存在严重的共同方法偏差(周浩, 龙立荣, 2004)。

3.2. 适应取向心理健康的研究结果

适应取向心理健康总体状况及其各维度在人口学变量上的差异检验如表 2 所示。适应取向心理健康总分为 78.118 分; 除考试镇静维度得分为 2.915 分, 其余四个维度均达到 3 分以上, 大体上适应取向心理健康总体状况及各维度得分均处于中等水平。

适应取向心理健康总分($p < 0.05$)、人际和谐($p < 0.05$)及考试镇静($p < 0.01$)维度在性别上均存在不同程度差异, 且均表现出男生得分高于女生。在学科类别上, 适应取向心理健康($p < 0.001$)、生活幸福($p < 0.01$)、乐于学习($p < 0.05$)及考试镇静($p < 0.001$)维度均表现出不同程度的差异, 理科生得分高于文科生。

Table 2. The general status of adaptive-oriented mental health and its differences in various demographic variables
表 2. 适应取向心理健康的总体状况及在各人口学变量上的差异

变量	$M \pm SD$	性别		t	学科类别		t
		男(N = 44)	女(N = 83)		文科(N = 42)	理科(N = 85)	
生活幸福	3.223 ± 0.953	3.36 ± 0.717	3.151 ± 1.054	1.322	2.845 ± 1.097	3.41 ± 0.818	-2.954**
乐于学习	3.187 ± 0.917	3.296 ± 0.813	3.13 ± 0.967	0.966	2.938 ± 0.982	3.311 ± 0.863	-2.185*
人际和谐	3.093 ± 0.825	3.273 ± 0.63	2.998 ± 0.901	2.008*	2.891 ± 0.964	3.193 ± 0.733	-1.794
考试镇静	2.915 ± 0.876	3.205 ± 0.72	2.761 ± 0.916	2.784**	2.567 ± 0.912	3.087 ± 0.809	-3.269***
情绪稳定	3.201 ± 0.799	3.216 ± 0.731	3.193 ± 0.837	0.155	3.03 ± 0.841	3.285 ± 0.768	-1.709
适应取向心理健康	78.118 ± 14.344	81.886 ± 11.837	76.121 ± 15.199	2.188*	71.167 ± 13.946	81.553 ± 13.326	-4.069***

注: *表示 $p < 0.05$; **表示 $p < 0.01$; ***表示 $p < 0.001$ 。(下表同)

3.3. 情绪智力的研究结果

情绪智力的总体状况及其各维度在人口学变量上的差异检验如表 3 所示。情绪智力总分为 164.087 分, 处于中等水平; 感知和体验自己情绪的能力维度得分为 4.043 分, 处于中等偏上水平; 调节和控制外在情绪信息的能力维度得分为 2.961; 大体上, 情绪智力及六个维度处于中等及偏上的水平。

在性别变量上,感知和体验自己的情绪($p < 0.01$)维度表现出显著差异,女生得分显著高于男生。在学科类别上,调节和控制自己的信息($p < 0.05$)及调节和控制外在情绪信息($p < 0.01$)维度上表现出差异,且均是文科生得分显著低于理科生。在家庭居住地变量上,城镇学生得分在感知和体验外在情绪信息($p < 0.01$)维度上高于农村学生。

Table 3. The general status of emotional intelligence and its differences in various demographic variables
表 3. 情绪智力的总体状况及在各人口学变量上的差异

变量	$M \pm SD$	性别		t	学科类别		t	家庭居住地		t
		男 (N = 44)	女 (N = 83)		文科 (N = 42)	理科 (N = 85)		城镇 (N = 43)	农村 (N = 84)	
感知和体验自己的情绪	4.043 ± 0.604	3.823 ± 0.675	4.159 ± 0.531	-3.084**	4.083 ± 0.554	4.022 ± 0.630	0.534	4.047 ± 0.777	4.041 ± 0.498	0.046
表达和评价自己的情绪	3.513 ± 0.662	3.51 ± 0.598	3.515 ± 0.697	-0.039	3.391 ± 0.829	3.573 ± 0.557	-1.286	3.601 ± 0.808	3.468 ± 0.572	0.967
调节和控制自己的情绪	3.017 ± 0.56	3.03 ± 0.493	3.01 ± 0.595	0.193	2.873 ± 0.589	3.088 ± 0.535	-2.063*	3.147 ± 0.658	2.95 ± 0.494	1.729
感知和体验外在情绪信息	3.878 ± 0.542	3.778 ± 0.595	3.932 ± 0.508	-1.531	3.939 ± 0.576	3.848 ± 0.526	0.887	4.044 ± 0.6	3.794 ± 0.493	2.513**
表达和评价外在情绪信息	3.268 ± 0.776	3.364 ± 0.716	3.217 ± 0.805	1.015	3.124 ± 0.948	3.339 ± 0.669	-1.316	3.423 ± 0.928	3.188 ± 0.677	1.628
调节和控制外在情绪信息	2.961 ± 0.698	3.015 ± 0.707	2.932 ± 0.696	0.631	2.727 ± 0.757	3.076 ± 0.640	-2.715**	3.028 ± 0.76	2.926 ± 0.666	0.771
情绪智力	164.087 ± 19.664	162.182 ± 17.947	165.096 ± 20.55	-0.794	160.333 ± 24.290	165.941 ± 16.779	-1.52	168.465 ± 23.663	161.845 ± 16.99	1.632

3.4. 情绪智力与适应取向心理健康的相关关系分析

对情绪智力与适应取向心理健康及其各维度作 Person 相关分析,结果如表 4。适应取向心理健康总分与情绪智力总分存在中等程度的正相关($r = 0.435$)关系。感知和体验自己的情绪与考试镇静存在中等程度的负相关($r = -0.429$)关系。

Table 4. Analysis of correlation between emotional intelligence and adaptive-oriented mental health (r)
表 4. 情绪智力与适应取向心理健康的相关关系分析结果(r)

维度	感知和体验自己的情绪	表达和评价自己的情绪	调节和控制自己的情绪	感知和体验外在情绪信息	表达和评价外在情绪信息	调节和控制外在情绪信息	情绪智力
生活幸福	0.091	0.379**	0.09	0.187*	0.422**	0.374**	0.395**
乐于学习	0.131	0.367**	0.277**	0.209*	0.481**	0.444**	0.478**

Continued

人际和谐	0.001	0.312**	0.152	0.167	0.469**	0.608**	0.462**
考试镇静	-0.429**	-0.003	0.126	-0.04	0.074	0.058	-0.084
情绪稳定	0.018	0.066	0.093	-0.034	0.128	0.08	0.078
适应取向 心理健康	0.049	0.372**	0.227*	0.17	0.508**	0.502**	0.435**

3.5. 情绪智力与适应取向心理健康的回归分析

为进一步了解情绪智力对适应取向心理健康的影响作用，以情绪智力的六个维度为自变量，适应取向心理健康总分为因变量作多元回归分析，结果如表 5 所示。 P 值为 0.000，显示研究结果通过了显著性检验；VIF 值均小于 10，表示各自变量之间的共线性程度不高，处于可接受的范围； R^2 为 0.331，表明情绪智力的六个维度对适应取向心理健康的解释程度为 33.1%；表达和评价外在情绪信息及调节和控制外在情绪信息两维度对因变量存在显著正影响。情绪智力对适应取向心理健康预测性的回归方程为：

$$Y = 50.409 - 3.686 * A + 2.654 * B + 0.54 * C - 0.366 * D + 5.233 * E + 5.396 * F$$

Table 5. Regression analysis of emotional intelligence and adaptive-oriented mental health
表 5. 情绪智力与适应取向心理健康的回归分析结果

	非标准化系数		标准化系数	t	p	VIF	R	R^2	F
	B	标准误	β						
(常量)	50.409	10.798		4.668	0.000				
A 感知和体验 自己的情绪	-3.686	1.948	-0.155	-1.892	0.061	1.208			
B 表达和评价 自己的情绪	2.654	2.218	0.122	1.197	0.234	1.878			
C 调节和控制 自己的情绪	0.54	2.072	0.021	0.260	0.795	1.175	0.575	0.331	9.9
D 感知和体验 外在情绪信息	-0.366	2.326	-0.014	-0.158	0.875	1.387			
E 表达和评价 外在情绪信息	5.233	2.093	0.283	2.500	0.014	2.297			
F 调节和控制 外在情绪信息	5.396	2.158	0.263	2.501	0.014	1.978			

4. 讨论

高中一年级学生适应取向心理健康的人口统计学变量的分析中发现：在性别变量上，男生得分高于女生，尤其是在适应取向心理健康总分、人际和谐及考试镇静维度上更是表现出不同程度的差异。在总分上，男生优于女生，表明男生的适应取向心理健康水平高于女生。这与以往研究结果一致(崔丹丹, 2016; 王云鸽, 2014; 刘怡然, 2017; 赵明明, 2013; 苏丹, 2007)。在以往使用症状类心理健康测量量表的研究中，也同样发现女生会比男生表现出更多的心理问题(胡艳蓉, 耿喜玲, 2020; 黄海如, 2017)。在人际和谐维度，男生得分高于女生，同样与以往相关研究结果一致(王云鸽, 2014)，这与男女生性格差异有关，

女生普遍比男生心思更加细腻,更能敏感地捕捉人际交往过程中的情绪信息,而男生的人际交往更为率真、直接,在遇到问题后会积极正面解决。在考试镇静维度上,男生得分高于女生,说明男生在应对考试等压力事件时,更能从容应对,这与以往研究结果相一致(苏丹,2007;崔丹丹,2016)。在学科类别变量上,生活幸福、乐于学习、考试镇静及适应取向心理健康总分上表现出显著差异,且均为理科生得分高于文科生,这说明理科生对当前生活质量的满意度更高;更能在学习过程中感受到乐趣,获得激励;同时适应取向心理健康水平更高。因此在学校教育过程中,文科老师应该注重课程革新,帮助学生在过程中体验快感,增强学习的自主能动性。

高中一年级学生的情绪智力在各人口学变量上的差异分析中得出:在感知和体验自己的情绪维度上女生得分显著高于男生,其他维度及情绪智力总分上无显著差异。结果说明女生,相比于男生,会更加关注自身的情绪体验,对自身情绪的觉知和体验更为关注(吴宗慧,2017),情绪智力大体上并无性别差异(汪尚力,2016;郭真珍,2019;王云鸽,2014)。在以往研究中,有部分研究结果认为总体上女生的情绪智力优于男生(梁洁,2016;高翠翠,2006;杨巧芳,2013),导致各类研究结果不一致的原因主要是情绪智力量表的选取及被试代表性的差异。在调节和控制自己及外在情绪信息两个维度上理科生得分显著高于文科生。不论针对自身还是外在情绪的调节和控制,理科生在这方面的能力要高于文科生。这与大众普遍认为文科生较为感性,而理科生较为理性有一定的联系。理科生相对理性,当面临自身或外在情绪时,能够更好地调节和控制情绪。在家庭居住地变量上,城镇学生得分在感知和体验外在情绪信息维度上显著高于农村学生(董汶源,2020),这侧面反应出虽然当今农村很大程度上已经城镇化,但在资源的丰富度上仍与城镇存在一定差异,来自城镇的高中一年级学生比农村的学生所接收的信息更为丰富。多元的信息环境让居住在城镇的高中生接触到更多维度的外在情绪信息,感知和体验情绪的相关经验更为丰富,故感知和体验情绪的能力更佳。同时,以往相关研究也在家庭居住地变量上认为城镇学生的情绪智力大体上优于农村学生(高翠翠,2006;贺江浩,2015)。

高中一年级学生情绪智力水平越高,适应取向心理健康状况越好。情绪智力较佳的个体能够更好地感知和体验、表达和评价及调节和控制自身及外在的情绪信息。当面临来自自己或外在情绪信息时,能够更好地处理情绪,以产生积极正向的结果。

5. 结论

高中一年级学生的情绪智力和适应取向心理健康总体处于中等及其偏上的水平,并在性别、学科类别及家庭居住地等人口学变量上存在不同程度的差异;情绪智力与适应取向心理健康存在显著正相关关系;情绪智力对适应取向心理健康有良好的预测作用。

参考文献

- 程琨(2014). 高中生应对方式、心理弹性与适应取向心理健康的关系. 硕士学位论文, 济南: 山东师范大学.
- 崔丹丹(2016). 高中生生活事件、心理弹性与适应取向心理健康的关系研究. 硕士学位论文, 南充: 西华师范大学.
- 董汶源(2020). 高中生情绪智力对社会适应能力的影响及其干预研究. 硕士学位论文, 昆明: 云南师范大学.
- 高翠翠(2006). 中学生情绪智力及其与心理健康的关系研究. 硕士学位论文, 苏州: 苏州大学.
- 郭真珍(2019). 农村初中生手机依赖、情绪智力与心理健康关系的调查研究. 硕士学位论文, 成都: 四川师范大学.
- 贺江浩(2015). 情绪智力、应对方式与高中生心理健康的关系研究. 硕士学位论文, 太原: 山西大学.
- 胡艳蓉, 耿喜玲(2020). 高一年级学生心理健康的现状调查. *校园心理*, 18(1), 38-40.
- 黄海如(2017). 中山市高中生心理健康状况及对策研究. 硕士学位论文, 西宁: 青海师范大学.
- 黄希庭, 郑涌, 李宏翰(2006). 学生健全人格养成教育的心理学观点. *广西师范大学学报(哲学社会科学版)*, (3), 90-94.
- 梁洁(2016). 班级团体辅导提高高中生情绪智力和心理韧性的干预研究. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.

- 刘怡然(2017). 中学生手机依赖、情绪智力与心理健康的关系研究. 硕士学位论文, 湘潭: 湖南科技大学.
- 卢家楣(2005). 对情绪智力概念的探讨. *心理科学*, (5), 1246-1249+1242.
- 麻彦坤, 张丽(2013). 情绪智力测验的两种取向及其发展. *心理学探新*, (4), 297-301.
- 盛书文(2015). 高中生情绪智力量表的编制. 硕士学位论文, 信阳: 信阳师范学院.
- 苏丹(2007). 适应取向中学生心理健康量表的初步编制. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 汪尚力(2016). 初中生情绪智力、自我和谐与手机依赖的关系研究. 硕士学位论文, 成都: 四川师范大学.
- 王婷婷, 马和民(2010). 国内中学生心理健康量表使用述评. *上海教育科研*, (6), 44-47.
- 王云鸽(2014). 中学生师生依恋、情绪智力和适应取向心理健康的关系研究. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.
- 武宇腾(2018). 初中生心理韧性、自我同情与适应取向心理健康关系及干预研究. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.
- 吴宗慧(2017). 中学生父母教养方式与情绪智力的相关研究. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 许远理(2004). 情绪智力组合理论的建构与实证研究. 博士学位论文, 北京: 首都师范大学.
- 杨巧芳(2013). 青少年孤独感与情绪智力、亲子依恋的关系研究. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 赵明明(2013). 高中生情绪智力、社会支持与心理健康的关系研究. 硕士学位论文, 扬州: 扬州大学.
- 周浩, 龙立荣(2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942-950.
- 周慧(2019). 情绪智力: 概念、理论、测量及提升策略. *重庆第二师范学院学报*, 32(3), 99-102+128.
- Salovey, P., & Mayer, D. J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
<https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>