

# 不同认知偏好对大学生情感反应的影响： 短期利益和长期代价\*

田录梅<sup>1</sup>, 张向葵<sup>2</sup>

(1. 山东师范大学 心理学院, 济南 250014; 2. 东北师范大学 心理学系, 长春 130024)

**摘要:**对 99 名大学生进行一个学期的追踪调查, 探讨不同认知偏好对他们状态性情感反应的影响以及这种影响从长期看是利是弊的问题。结果发现: 1) 与其他组被试相比, 积极认知偏好组产生了更少消极情感反应和更高情感反应积极性; 2) 认知偏好对个体情感反应的不同影响是暂时的, 从长期看, 既没有累积成稳定的情感健康差异也没有产生情感代价。最后对认知偏好的适应性进行了讨论。

**关键词:**大学生; 认知偏好; 情感反应; 短期利益; 长期代价

**中图分类号:** B848

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1003-5184(2009)01-0073-05

## 1 前言

认知偏好(cognitive bias)一直是临床心理学的研究热点之一。近年来, 认知心理学和社会心理学领域也开始关注认知偏好的研究, 研究发现, 常态人群在记忆、注意、知觉等方面也常因其个体特征的不同而表现出不同的认知偏好。例如, Tafarodi 等人<sup>[1,2]</sup>以及田录梅的研究<sup>[3]</sup>都发现, 高自尊者比低自尊者对自己相关信息有更积极的记忆偏好。Dandeneau 和 Baldwin 的研究<sup>[4]</sup>则发现低自尊者对拒绝性信息有注意偏好, 而高自尊者对接纳性信息有注意偏好并对拒绝性信息有抑制倾向<sup>[4]</sup>。另有研究发现高神经质被试对负性词, 低神经质被试对正性词以及内倾者对内向词, 外倾者对外向词均表现出一定程度的认知偏好<sup>[5]</sup>等。

很显然, 尽管目前关于认知偏好的研究比较分散, 但其研究结果比较一致: 由于个体的自尊、人格等方面的特征, 个体对自己相关信息的认知偏好因人而异, 表现出明显的稳定的个体间差异。那么, 这种稳定的认知偏好是否影响个体心理健康呢?

目前对于这一问题的回答存在两种观点: 一种观点认为积极的认知偏好是适应性的, 有益于心理健康, 比如, Brown 指出, 大多数人都有不完全正确的积极的自我认识, 即积极错觉(positive illusion), 积极错觉可以促进心理健康的各个方面, 使人们能够在这个世界上生活得更有效<sup>[6]</sup>。Cummins 和 Nistico 的研究(2002)也发现, 自我相关的积极的认知

偏好具有维护个体的生活满意感和主观幸福感的作用, 尤其是与自尊、控制和乐观有关的认知偏好<sup>[7]</sup>。田录梅的研究(2005)也表明, 当要求被试回忆自己的积极品质时, 该有偏的认知策略显著减少了被试因失败造成的抑郁和焦虑反应<sup>[8]</sup>。另一种观点则认为, 认知偏好是适应不良的表现, 即使有心理利益也是短期的, 从长远看, 代价更大。比如, Robins 和 Beer 的研究(2001)发现, 在一短时的实验室情境下, 自我增强偏好与自恋、自我卷入、积极情感等相关(研究 1), 但在一长期的追踪研究中它也与自尊及快乐感的下降, 以及退学率的升高有关(研究 2)<sup>[9]</sup>。Crocker 和 Park(2004)也指出, 任何形式的自尊追求(认知偏好被看作一种追求自尊的策略)都是有代价的, 这些代价也许在短期内不明显, 但从整体上和长期来看, 却是毫无疑问的<sup>[10]</sup>。Tennen 和 Affleck 则从临床学观点论述了认知偏好的适应不良性质<sup>[11]</sup>。显然, 上述观点基本都是基于社会认知偏好(如归因偏好、自我知觉偏好等)的研究证据提出的, 而且本身存在较大争议: 持第一种观点的人并没有考察认知偏好的长期效应, 而持第二种观点的人还基本处于理论描述层面, 实证证据不足。

因此, 认知偏好是否影响被试的心理健康? 如果有影响, 这种影响从长期看是利是弊? 对这些问题的回答(尤其是第二个问题)目前尚不明朗。该研究拟以记忆偏好为认知偏好的具体指标, 以积极情感和消极情感为心理健康的可操作化指标, 通过

\* 基金项目: 东北师范大学校级优秀博士论文基金(108358034)。

通讯作者: 张向葵, E-mail: zhangxiangkui@hotmail.com。

一学期的追踪调查对上述问题作出探讨。

研究假设:如果不同认知偏好对被试的状态性情感反应有影响而且这种影响能够持久或不断积累,那么,1)被试在一学期之内各阶段测得的一般性情感健康应该与其认知偏好后的情感反应显著正相关;2)有积极偏好的被试其情感可能会随时间更积极而有消极偏好的被试其情感可能会随时间更消极;3)不同认知偏好的被试之间在一般性情感健康上存在显著差异而且有积极偏好的被试其情感更健康。否则说明认知偏好对个体情感的影响不能持久或累积成稳定的情感健康差异,甚至可能有长期代价(比如有积极偏好的被试其情感健康从长期看可能更消极)。

## 2 研究方法

### 2.1 被试

以院系为单位(文理兼顾)整群抽取大学生共183人参加记忆偏好及情感问卷等的测量及其追踪研究,由于各种原因追踪到学期中去掉流失的被试和无效数据后剩余有效被试110人;追踪到学期末剩余有效被试99人,其中男生23人女生76人,年龄在17~24岁之间,平均年龄19.43,标准差1.20。下面将以这99人的数据为样本进行分析。

### 2.2 研究材料

#### 2.2.1 记忆偏好测验材料

包括36个正式形容词和8个用于控制首因效应和近因效应的形容词。36个形容词中,积极词、消极词和中性词各12个,被试每正确回忆出一个正式形容词得1分,若回忆出的形容词与原词意义相同但有所出入(如,“胆小的”忆为“胆怯的”)则记为0.5分。如果被试对积极形容词的回忆量多于消极词汇回忆量则表示他/她有积极记忆偏好,反之则表示他/她有消极的记忆偏好,若二者回忆量相等则表示该被试无明显的记忆偏好<sup>[12]</sup>。

#### 2.2.2 积极情感和消极情感量表中文修订版(PANAS-R)

邱林修订的PANAS中文版,包括18个情感形容词,积极词和消极词各半,5点计分。研究表明该量表的信效度以及两个分量表PA(积极情感分量表)和NA(消极情感分量表)的信效度都良好<sup>[13]</sup>。

采用该量表及其变式:一般性的PANAS-R和状态性的PANAS-R(其区别在于指导语不同),前者用于测量一般性的情感健康,后者用于测量状态性的情感反应,都分为积极情感、消极情感和情感积极性(积极情感/消极情感)三个指标。

### 2.3 研究程序

学期初(T1):首先施测一般性PANAS-R;一周后小组施测状态性PANAS-R(情感基线测量),每5~10人一组,接下来进行记忆偏好测验,然后重测状态性PANAS-R(情感反应测量)。两次状态性情感测量中的题目一样但顺序不同(随机化),且强调被试当时当下的心理感受。其中记忆偏好测验的施测程序如下:

在计算机屏幕中央首先呈现一个“+”号,时间为500毫秒,然后依次呈现44个形容词,每次呈现一个,前4个和后4个顺序固定,中间的36个正式形容词顺序随机。参照以往研究<sup>[1-3]</sup>,指导语要求被试尽量把电脑呈现的形容词想象为别人对自己的真实评价(目的在于使之成为自我相关信息),为提醒被试想象,计算机屏幕左上角以较小字体呈现“别人说我是……”。被试每看完一个单词后可以按空格键看下一个单词,时间不限。全部词汇呈现完毕后即要求被试自由回忆电脑上呈现的词,回忆时间为5分钟,以纸笔形式进行。

学期中(T2)和学期末(T3)重测一般性PANAS-R。

采用SPSS11.5统计软件包进行数据处理分析。

## 3 结果与分析

### 3.1 认知偏好类型的划分

经统计,总体上,有69.7%的被试回忆的积极信息多于消极信息,表现出相对的积极信息记忆偏好,有20.2%的被试回忆的消极信息多于积极信息,表现出相对的消极信息记忆偏好,10.1%的被试对两类信息的回忆量相同,没有明显的记忆偏好。这说明总体而言大多数人都有相对的积极信息偏好。为便于组间差异的比较,尽量减少各组被试量的不平衡问题,依据数据特征,将被试的认知偏好类型相对划分为三类:积极回忆量比消极回忆量多出至少1.5分者为积极认知偏好;消极回忆量比积极回忆量多出至少1分者为消极认知偏好;其余的为无偏好。结果见表1。

经检验,三组被试在两个回忆量指标上均存在极显著差异(积极回忆量: $F_{(2,96)} = 11.46, p < 0.001$ ;消极回忆量: $F_{(2,96)} = 47.27, p < 0.001$ )。事后比较发现,积极偏好组比消极偏好组和无偏好组有显著更多的积极回忆量以及显著更少的消极回忆量(所有 $p < 0.01$ ),消极偏好组比无偏好组有显著更多的消极回忆量( $p < 0.001$ )。结果表明该偏好类型的划分基本合理。

表 1 三组被试在不同词汇回忆量上的平均数(标准差)

认知偏好类型	n	积极回忆量	消极回忆量
积极偏好	48	3.82(1.21)	0.99(1.00)
消极偏好	19	2.50(1.26)	4.61(1.85)
无偏好	32	2.55(1.57)	2.05(1.52)
合计	99	3.16(1.48)	2.03(1.91)

3.2 认知偏好对状态性情感反应的即时影响

分别以三种情感基线(积极情感、消极情感和情感积极性)为协变量,对被试的三个情感反应指标依次进行协方差分析(事先分析发现总记忆成绩、年龄与三个情感反应指标的相关均不显著,三个指标在性别之间也无显著差异,所有  $p > 0.05$ ,故不再考虑这些变量的影响),结果(参见表 2)发现,认知偏好类型在积极情感反应上的主效应不显著( $p > 0.05$ ),在消极情感反应上的主效应显著,  $F_{(2,95)} = 2.27, p$

$< 0.05$ ;在情感积极性上的主效应也显著,  $F_{(2,95)} = 4.09, p < 0.05$ 。逐对比较发现积极偏好组的消极情感反应明显少于消极偏好组,它和无偏好组的情感积极性也都高于消极偏好组,所有  $p < 0.05$ ;其余差异不显著,  $p > 0.05$ 。结果说明不同认知偏好对暂时的情感反应是有影响的,而且主要体现为对消极情感反应的作用。因此,下面将继续探讨这种影响能否持久或者能否积累成稳定的情感健康差异以考察这种影响的长期性。

表 2 不同认知偏好的被试在各情感反应指标上的平均数(标准差)

情感指标	偏好类型			合计
	积极偏好	消极偏好	无偏好	
积极情感反应	17.65(5.96)	17.42(5.93)	18.38(6.37)	17.84(6.04)
消极情感反应	12.46(3.62)	14.74(4.77)	13.56(4.82)	12.25(4.31)
情感反应积极性	1.50(0.60)	1.21(0.30)	1.44(0.58)	1.43(0.55)

表 3 被试在三个时间点上测得的一般情感之间的相互关系( $n = 99$ )

	积极情感 2	消极情感 2	情感积极性 2	积极情感 3	消极情感 3	情感积极性 3
积极情感 1	0.58***	-0.03	0.31**	0.55***	-0.19	0.42***
消极情感 1	-0.19	0.43***	-0.38***	-0.25*	0.47***	-0.42***
情感积极性 1	0.50***	-0.31**	0.50***	0.51***	-0.43***	0.57***
积极情感 2	-	-	-	0.62***	-0.32**	0.52***
消极情感 2	-	-	-	-0.20*	0.55***	-0.43***
情感积极性 2	-	-	-	0.44***	-0.48***	0.54***

3.3 认知偏好对情感反应的长时效应

3.3.1 在 T1、T2、T3 测量到的一般情感与 T1 测得的情感反应之间的相关

分别控制不同情感基线之后,被试在 T1、T2 和 T3 的一般性情感健康得分与三种情感反应指标的得分均无显著相关,  $r$  的绝对值在 0.01 ~ 0.18 之间,所有  $p > 0.05$ 。结果表明被试的一般情感与其在使用认知偏好之后的暂时性情感反应并无明显关联。

3.3.2 被试在一个学期之内的情感稳定性

为便于区分,下面的分析中将分别把三个时间点测得的三个一般情感指标标识为对应名称的 1、2、3。由表 3 可见,三个积极情感得分相互之间、三个消极情感得分相互之间以及三个情感积极性得分

相互之间均有极显著的正相关,所有  $p < 0.001$ ,且相关程度基本都在 0.50 以上。说明被试在一个学期内一般情感很稳定,并不受暂时具体事件影响。

分别对三组不同认知偏好的被试在一学期内的情感变化进行相关样本  $t$  检验,结果发现,积极偏好组的积极情感  $T_2$  显著多于  $T_1, t_{(46)} = 2.840, p < 0.01$ ,但其消极情感  $T_2$  和  $T_3$  都明显多于  $T_1, t_{(45)} = 2.297, p < 0.05; t_{(45)} = 2.944, p < 0.01$ ;无偏好组的积极情感  $T_3$  明显多于  $T_2$  和  $T_1, t_{(31)} = 2.217, p < 0.05; t_{(31)} = 2.101, p < 0.05$ ,但消极情感  $T_3$  也多于  $T_1, t_{(31)} = 2.8231, p < 0.01$ ;但这两组被试的整体情感积极性在一学期之内变化并不显著,所有  $p > 0.05$ ,说明积极偏好组和无偏好组其积极情感和

消极情感随时间都有一定程度的增多,但其整体的情感积极性很稳定;消极偏好组的任何情感变化都不明显,所有  $p > 0.05$ 。

上述结果说明被试可能并没有因认知偏好而积累出更积极或更消极的一般情感。

### 3.3.3 不同认知偏好组之间在一般情感上的差异

One - Way ANOVA 发现三组有不同认知偏好的被试之间无论在  $T_1$ 、 $T_2$  还是  $T_3$  其三种一般情感

指标的差异都不显著,  $F$  值在 0.09 ~ 0.77 之间,所有  $p > 0.05$ 。各组平均数与标准差见表 4。

上述结果说明,被试的一般情感与其使用认知偏好后产生的情感反应并无明显相关,有积极认知偏好的被试其情感也没有随时间更积极,不同偏好的被试之间在一般情感方面并没有显著差异,因此,从长期看,不同认知偏好对情感反应的影响是暂时的,既没有积累成质的差异,也没有产生代价。

表 4 有不同认知偏好的被试在三个一般情感指标上的平均数(标准差)

情感指标	认知偏好类型			合计
	积极偏好	消极偏好	无偏好	
积极情感 1	27.47(5.45)	26.16(5.16)	28.59(6.10)	27.58(5.62)
消极情感 1	16.09(3.98)	17.68(4.61)	16.88(3.81)	16.66(4.06)
情感积极性 1	1.82(0.62)	1.60(0.63)	1.80(0.60)	1.77(0.62)
积极情感 2	29.60(4.98)	27.00(5.47)	29.06(5.17)	28.93(5.18)
消极情感 2	17.35(4.13)	19.16(4.46)	17.75(3.49)	17.83(4.02)
情感积极性 2	1.82(0.63)	1.53(0.62)	1.73(0.53)	1.73(0.60)
积极情感 3	28.90(5.65)	27.95(5.09)	30.44(4.68)	29.21(5.28)
消极情感 3	17.63(3.57)	17.95(4.35)	18.69(4.18)	18.03(3.92)
情感积极性 3	1.72(0.54)	1.67(0.59)	1.74(0.60)	1.72(0.56)

## 4 讨论

结果发现,被试对自我相关信息的认知(记忆)是有不同偏好的,而且不同认知偏好对被试状态性情感反应的影响不同。具体而言,积极偏好组的消极情感反应明显比消极偏好组少,而情感积极性比消极偏好组高。无偏好组的情感积极性也高于消极偏好组,但三组被试在积极情感反应上未发现显著差异。这说明不同认知偏好主要作用于消极情感并进而影响其整体情感积极性。该结果与研究的预期基本一致,也与以往关于社会认知偏好的研究结果<sup>[7,8]</sup>相吻合。该结果提示,大多数人都有或多或少的积极偏好,而积极偏好引发了较少的消极情感反应。因此,大多数人会保持一种相对良好的情感状态,保持一种相对的心理健康,这与 Brown 关于“积极错觉”的论述<sup>[6]</sup>相吻合,也似乎支持前述一些学者提出的有些认知偏好是适应性偏好的说法。

然而,接下来的分析发现,从长期看,研究结果并不支持上述观点,因为被试在一学期之内各阶段测得的一般性情感健康与其认知偏好后的情感反应并无显著相关,有积极偏好的被试其情感也没有随时间更积极,有消极偏好的被试其情感也没有随时间更消极,而是趋向于稳定。同样,有不同认知偏好的被试之间在其一般性情感健康上也没有显著差

异。这些结果都说明尽管不同认知偏好对个体的情感反应有不同影响,但这种影响可能仅仅是暂时的。这可能与认知偏好的性质有关。研究表明,不同个体之间对自我相关信息的不同认知偏好乃是一种认知策略,其目的在于保护或提升自尊<sup>[14]</sup>,被试在维护或提升自尊的同时可能也缓解了由自尊压力带来的焦虑和其它消极情绪情感,但这一策略并未真正解决问题(比如如何去除自尊压力),某种程度上属于自欺欺人的“鸵鸟政策”,因此,积极偏好可暂时缓解消极情绪情感,但从长期看对情感健康并无多大益处。

尽管如此,从长期看这些不同的认知偏好也没有带来情感方面的代价。这似乎不支持社会认知领域内关于认知偏好与心理健康关系的第二种观点,即积极偏好带来的心理利益是暂时的,从长期看更有心理代价。但是,心理代价可能是多方面的,由于该研究并没有考察被试在其它方面的变化,比如自主性、人际关系等<sup>[10]</sup>,故还不能说明认知偏好是否仍有其它方面的代价,这有待以后的研究探讨。综上所述,对自我相关信息的认知偏好可能只是一种暂时的认知策略,是一种自我保护的手段。当某种信息(如消极信息)威胁到自尊时,人们倾向于忽略它们或者仅进行浅加工,以保护自我不受伤害,这也

正是 Green 等人提出的记忆忽略模型的核心思想所在<sup>[14]</sup>。引发较少的消极情感反应可能正是这种自我保护动机带来的副产品。然而,保护或增强自尊只是一种表面上的努力,还停留在维护“面子”层面,个体在实际行动中可能并未付出真正的改善努力。因此,这种认知偏好只会影响到被试当时的情感反应,时过境迁其影响也烟消云散,并未撼动其更一般更稳定的情感健康。不过,就对个人情感的影响而言,积极认知偏好应该是有利无害的,是适应性的,尽管效果短暂。

最后,该研究有两个待改进之处:一是认知偏好类型的划分是相对的,目前还缺乏一个绝对标准,未来研究可考虑人为划分法(比如引导被试产生某种类型的认知偏好)以考察绝对偏好类型对被试情感反应的影响;二是由于各种原因被试流失量较大,导致样本偏小,影响了研究结果的可推广性,未来研究应予改进。

## 5 结论

5.1 与其他组被试相比,积极认知偏好组产生了更少消极情感反应和更高情感反应积极性。

5.2 认知偏好对个体情感反应的不同影响是暂时的,从长期看,既没有累积成稳定的情感健康差异也没有产生情感代价。

## 参考文献

- 1 Tafarodi R W, Marshall T C, Milne A B. Self - esteem and memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003, 84(1): 29 - 45.
- 2 Tafarodi R W. Paradoxical self - esteem and selectivity in the processing of social information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74(5): 1181 - 1196.
- 3 田录梅,张向葵. 不同自尊者对自我相关信息的记忆偏好. *心理发展与教育*, 2008, 24(2): 91 - 96.
- 4 Dandeneau S D, Baldwin M W. The inhibition of social rejecting information among people bias and the effects of bias reduction training. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2004, 23(4): 584 - 602.
- 5 陈少华,郑雪. 人格特质对选择性加工偏向的影响. *心理科学*, 2005, 28(5): 1135 - 1138.
- 6 乔纳森·布朗. 自我. 陈浩莺,薛贵,曾盼盼译. 北京:人民邮电出版社, 2004.
- 7 Cummins R A, Nistico H. Maintaining life satisfaction: The role of positive cognitive bias. *Journal of Happiness Studies*, 2002, 3: 37 - 69.
- 8 张向葵,田录梅. 自尊对失败后抑郁、焦虑反应的缓冲效应. *心理学报*, 2005, 37(2): 240 - 245.
- 9 Robins R W, Beer J S. Positive illusions about the self: Short - term benefits and long - term costs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2001, 80(2): 340 - 352.
- 10 Crocker J, Park L E. The costly pursuit of self - esteem. *Psychological Bulletin*, 2004, 130(3): 392 - 414.
- 11 Tennen H, Affleck G. The puzzle of self - esteem: A clinical perspective. In: R F Baumeister, Ed. *Self - esteem: The Puzzle of Low Self - Regard*. New York: Plenum Press, 1993: 241 - 262.
- 12 田录梅,张向葵. 不同自尊者对自我相关信息的记忆偏好. *心理发展与教育*, 2008, 24(2): 91 - 96.
- 13 邱林. 人格特质影响情感幸福感的机制. [博士学位论文]. 广州:华南师范大学心理学系, 2006.
- 14 Green J D, Pinter B, Sedikides C. Mnemonic neglect and self - threat: Trait modifiability moderates self - protection. *European Journal of Social Psychology*, 2005, 35: 225 - 235.

## Effects on Undergraduates' Affect Responses of Different Cognitive Biases: Short - term Benefits and Long - term Costs

Tian Lumei<sup>1</sup>, Zhang Xiangkui<sup>2</sup>

(1. Department of Psychology, Shandong Normal University, Jinan 250014;

2. Department of Psychology, Northeast Normal University, Changchun 30024)

**Abstract:** 99 undergraduates were traced for a semester to investigate the effects on their state affect responses of different cognitive biases (memory biases) and whether these effects were benefits or costs taken long views. It showed that (1) compared with other groups, the group with positive cognitive bias produced less negative affect and higher positivity of the whole affect response; (2) the effects on affect responses of cognitive biases were temporary, and taken long views, cognitive biases neither resulted in differences in stable affect health, nor brought costs in affect. Finally, the adaptability of cognitive biases was discussed.

**Key words:** undergraduates; cognitive biases; effect responses; short - term benefits; long - term costs