

四种训练方式对不同认知风格 大学生人际信任改善的影响研究

蔡迎春^{1,3}, 张向葵^{1,2}

(1. 天津师范大学 心理与行为研究中心, 天津 300074; 2. 东北师范大学 教育科学学院, 长春 130024;
3. 哈尔滨师范大学 教育科学与技术学院, 哈尔滨 150025)

摘要:以 195 名大二学生为被试, 采用问卷调查与训练实验相结合的方法, 考察了训练方式、认知风格对大学生人际信任改善的影响。结果发现: (1) 四种训练方式都能显著提高大学生的同伴信任水平。总体而言, 最好的训练方式为电影课和团体训练, 其次为心理课, 效果最差的是网络学习。(2) 四种训练方式都能显著提高大学生一般人际信任水平, 但四种训练方式之间训练效果的差异不显著。(3) 训练方式和认知风格在大学生一般人际信任上不存在交互作用, 在同伴信任上存在着显著的交互作用。

关键词:人际信任; 训练方式; 认知风格

中图分类号: G445

文献标识码: A

文章编号: 1008 - 0627 (2006) 04 - 0037 - 05

一、前言

人际信任是人际交往的双方对人性的态度, 是从交往信用和交往规则的基础上产生的安全感、可靠感, 它不但在人际交往中产生, 而且建立在人们彼此之间互动状况之上, 表现在一方能否大致预测另一方的特定行为及对方是否可依靠、可信赖。^[1] 人际信任在维系人与人的关系中发挥着重大的作用, 人际关系、社会的建立和维持均以一定的信任为基础。Wrightsmann (1990) 认为人际信任是人们在社会生活中不可缺的内容, 它折射出人们对于人类本性的基本信念, 也影响到人际交往中的预期和决策。Rotter^[2] 认为高信任感的人比低信任感的人更有生活意义感, 这种生活意义感是人寻求发展的动力。一个人如果缺乏起码的信任感, 对一切事物都有所怀疑, 做事难免就会谨慎过度, 这样久而久之就很容易使自己陷入焦虑不安中, 对自己的身心健康造成危害。^[3] 由此可见, 人际信任是形成良好人际关系的重要条件, 是人际交往的基础, 也是良好心理的前提。

人际信任在我国有着深厚的历史文化基础, 儒家经典中对“信”的大量论述可谓典范。^[4] 中国文化虽经数千年的洗礼与涤荡, 但信任和诚信一直是中国人的为人准则。然而改革开放以来, 特别是中国加入 WTO 后, 西方文化一拥而入, 传统的价值观念发生了深刻的

变化, 现代中国社会和文化正在经历前所未有的震荡, 局限在地缘与血缘关系基础上的传统人际信任正在经历着前所未有的冲击。走在时代前列的大学生们由于自我意识尚未完全成熟, 价值选择和判断仍缺乏稳定而统一的标准, 因此在社会化的过程中不可避免地要遇到各种各样的问题, 现实与期待的差距常使他们感到人际信任危机的来临。与此同时, 大学阶段正是个体人际信任发展的重要阶段, 大学生的人际信任水平对其合作精神、共处意识、和谐人际关系的建立有着直接地影响, 提高他们的人际信任水平既可以帮助他们自己获得心理的成熟和人格的完善, 又可以让信任的传统在中华文化中发扬光大。但与此形成鲜明对比的是我国人际信任研究的薄弱。国外学者对人际信任的研究较早, 理论和实证研究较多, 成果丰厚, 然而国内人际信任的研究起步较晚, 目前仅停留在相关研究的层面上, 对于影响人际信任的主观因素, 如认知风格及改善人际信任的方法则很少涉猎, 专门对人际信任进行训练干预的研究更是微乎其微, 大部分都是在进行人际交往训练时, 把人际信任当做一个重要的内容或维度来干预和训练, 这样会使训练的针对性不强、效果不理想。本研究采用四种训练方式对不同认知风格大学生的人际信任进行训练和干预, 其结果将丰富国内人际信任研究的领域, 并可为今后大学生人际信任训

收稿日期: 2005 - 04 - 20

基金项目: 教育部人文社会科学研究重大项目 (02JAZD41005)。

作者简介: 蔡迎春 (1978 -), 女, 黑龙江绥化人, 哈尔滨师范大学教育科学与技术学院讲师, 心理学硕士。

练手段的选择提供相应的参考对策和实践指导。

二、方法

(一)被试

随机整群选取哈尔滨师范大学大二学生 1228 人,其中男生 546 人,女生 682 人,进行人际信任测量和实验被试的筛选。经筛选得到实验被试 220 人,前后测及所有训练全部参加的有效被试为 195 人,其中男生 80 人,女生 115 人。

(二)实验材料

1. 人际信任测量。采用由 Rempel 和 Holmes 编制的信任量表和由 Rosenberg M 编制的信赖他人量表。^[5]信任量表用于测查关系密切者的相互信任,涉及信任的三种内涵:可预测性、可依靠性和信赖性,得分越高表示受试者对他人的信任度越高,该量表具有良好的信度和效度,本研究中其内部一致性信度为 0.8147。信赖他人量表用于测查受试者对一般人的可信性、诚实、善良、慷慨和友爱等本性是否有信心,得分越高表示受试者对他人的信赖程度越低,本研究中该量表的内部一致性信度为 0.7186。

2 认知风格测量。认知风格评定工具是北京师范大学心理系修订的《镶嵌图形测验》。测验部分共 20 题,每题 1 分,满分 20 分。整个测验用时 12 分钟。

(三)实验程序

1. 实验前测及筛选被试

首先,随机整群选取哈尔滨师范大学大二学生 1228 人进行《信任量表》和《信赖他人量表》的团体测量。经评分后,将样本总体中处于低分部分的后 33% 界定为低分组,而处于高分部分的前 33% 界定为高分组。把《信任量表》总分处于低分组且《信赖他人量表》总分处于高分组的被试确定为初选实验被试。符合条件的初选实验被试共有 330 人。其次,对初选实验被试进行《镶嵌图形测验》。评分后,将被试按照测验得分从低到高排列,分别选取得分高的前 33% 和得分低的后 33% 的学生共 220 人作为正式实验被试。得分高的前 116 人被确定为场独立型;得分低的后 104 人被确定为场依存型。把所选两种认知风格学生的镶

嵌图形测验成绩的平均数做 T 检验,结果表明两组成绩差异显著 ($t(218) = -38.966, p < 0.001$),确保了所选取被试认知风格的典型性。最后,将 220 人实验被试分成 5 组,每组 44 人,对各组被试在性别、专业、前测分数、认知风格等方面进行了基本平衡。经过四周训练后,前后测及所有训练全部参加的有效被试为 195 人,见表 1。

2 实验干预

采用电影课、团体训练、心理课、网络学习四种方式对大学生的人际信任进行干预。为控制各实验组主试能力、期望等差异对实验结果的影响,四组的训练均由研究者本人担任,每次训练两个小时,每个组别每周训练一次,共训练四周。

(1) 电影课组:在中科院心理所开发的电影课程中筛选出以信任为主题的影片 15 部。为保证训练内容的有效性,收到影片后首先利用一周的时间让 20 名心理系的本科生和研究生对这些影片在与信任主题的符合度和与大学生心理认知的符合度两个方面打分,然后把得分列在前面的 5 部影片作为训练材料。在教学过程中采用了导——看——评的教学模式,即在观看前对学生进行导看,提出问题,观看中对学生的情绪和体验加以引导和把握,观看后进行评述和互动讨论,对于影片中的关键情节,随时切断,随时评析。

(2) 团体训练组:在团体成员相互熟悉后进行“信任之旅”、“不倒翁”、“信任背摔”等团体活动,活动后成员间分享彼此的感受,通过分享和反思让成员体验到人际信任给自己带来的好处,意识到自己的不信任行为和问题所在,尝试学习新的态度与行为,感受到信任和被信任的快乐。

(3) 心理健康教育课组(简称心理课组):采用传统的讲授式教学,属于狭义的心理健康课的范畴。训练使用的干预材料是结合黑龙江省编的大学生心理健康教育教材以及相关的资料自行制订的。主要讲授人际信任的概念、影响因素,人际信任与人际关系、心理健康等的关系,以及提高人际信任水平的方法等知识,并结合实际案例进行讨论学习。

表 1 被试分组情况

	性 别		认知风格		合计
	男	女	场独立	场依存	
电影课组	17	22	19	20	39
团体训练组	18	24	23	19	42
心理课组	17	24	19	22	41
网络学习组	11	20	18	13	31
控制组	17	25	20	22	42
合计	80	115	99	96	195

(4)网络学习组:训练开始前一周集中一次为学生讲解训练的主题及方式,了解学生对网络的掌握情况,索要学生的电子邮箱地址,告知本次课程相互交流及发布学习资料的 bbs 网址。训练开始后,每周定时把心理课组教学内容的文本、幻灯片以及需要回答的问题发送到被试的电子邮箱中,并要求被试对是否学习、问题的答案以及学习后的简单感受在规定时间内给予回信。为鼓励学生学习的积极性,每周四、六的下午,研究者都在校园网 bbs 上在线回答学生提出的各种问题,对于学生的每一封回信,研究者都及时回复。

(5)无训练组:对这一组被试不进行任何形式的训练和干预,做为控制组。

为保证四种训练方式在训练内容上的同质性,实验开始前,主试向一位心理学专家和一位经验丰富的心理健康教师对四种训练课的具体内容进行说课,让两位老师对内容进行评价和指导(专家评分一致性信度为 0.92),然后研究者对训练方案做出相应的修改,以保证四种训练方式在训练内容上的一致性。

3. 实验后测

实验结束一周后对参与实验的五组学生进行《信任量表》和《信赖他人量表》的测量。

(四)数据处理

采用 SPSS11.5 统计软件包进行数据处理与分析。

三、结果

(一)训练前后的差异比较

为考察各种训练方式是否有效,每一种具体的训练方法能否提高个体的人际信任水平,对控制组和各

种训练条件下的实验组分别进行前后测差异显著性检验,结果如表 2。

上述结果说明本实验中电影课、团体训练、心理课、网络学习这四种训练方式是有效的,都能显著提高大学生人际信任整体及各维度的水平。

(二)不同训练方式、认知风格对同伴信任的影响

以同伴信任总分及各维度的前测分数为协变量,以训练方式和认知风格为自变量,以被试在同伴信任总分及各维度上前后测得分的差异量作为因变量,进行协方差分析。结果表明:

在同伴信任总分上,训练方式主效应极其显著 ($F_{(4,190)} = 15.46, P < 0.001$),认知风格主效应显著 ($F_{(1,193)} = 4.195, P < 0.05$),训练方式和认知风格的交互作用显著 ($F_{(4,190)} = 2.919, P < 0.05$)。对交互作用分析发现,对场依存型学生,不同训练方式下其同伴信任提高的程度差异很显著 ($F_{(4,91)} = 7.955, P < 0.001$),最好的训练方式为心理课,其次为电影课、团体训练和网络学习。对场独立型学生,不同训练方式下其同伴信任提高的程度差异也十分显著 ($F_{(4,94)} = 8.728, P < 0.001$),最好的训练方式为团体训练,其次是电影课、网络学习和心理课。电影课和团体训练对于不同认知风格的学生的训练效果没有差异 ($F_{(1,37)} = 0.034, P > 0.05$ 和 $F_{(1,40)} = 0.452, P > 0.05$);心理课对于不同认知风格的学生的训练效果差异显著 ($F_{(1,39)} = 12.226, P = 0.001$),场依存型学生的训练效果明显好于场独立型学生;网络学习对于场依存型学生的训练效果略好于场独立型学生,但差异不显著 ($F_{(1,29)} = 0.354, P > 0.05$);

表 2 各种训练方式前后测的差异比较(平均数与标准差)

		电影课	团体训练	心理课	网络学习	无训练
同伴信任	前	72.33(10.15)	70.21(9.80)	70.34(10.09)	71.61(10.27)	74.43(11.13)
	后	95.90(12.77)	94.24(14.32)	89.34(13.87)	85.19(13.01)	76.69(10.59)
	t	-8.765***	-9.587***	-6.938***	-4.705***	-1.116
可预测性	前	25.92(4.776)	25.57(5.540)	24.20(5.618)	25.97(5.431)	26.36(5.337)
	后	32.05(5.206)	30.67(6.111)	27.56(5.119)	28.16(6.028)	26.57(4.929)
	t	-6.313***	-4.304***	-3.123**	-1.671	-0.220
可依靠性	前	22.92(5.178)	21.74(5.315)	23.07(5.260)	22.90(5.856)	23.95(5.885)
	后	31.90(5.486)	30.90(6.036)	31.20(5.913)	27.74(6.678)	24.60(5.392)
	t	-6.347***	-9.022***	-5.928***	-3.278**	-0.568
信赖性	前	23.49(4.465)	22.90(5.150)	23.07(6.031)	22.74(5.859)	24.12(5.033)
	后	31.95(6.391)	32.67(5.724)	30.59(6.508)	29.29(5.503)	25.52(5.434)
	t	-7.314***	-9.236***	-6.104***	-4.793***	-1.553
一般信任	前	3.72(0.793)	3.71(0.774)	3.83(0.738)	3.87(0.806)	3.64(0.759)
	后	1.54(0.790)	1.52(0.833)	1.29(0.512)	1.48(0.890)	2.10(0.878)
	t	10.678***	10.533***	15.814***	10.579***	8.002***

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$,下同

无训练组无论对于场依存型学生还是场独立型学生效果都是最差的,且差异不显著($F_{(1,40)} = 2.359, P > 0.05$)。

在同伴信任的可预测性维度上,训练方式主效应极其显著($F_{(4,190)} = 7.257, P < 0.001$),认知风格主效应不显著($F_{(1,193)} = 0.067, P > 0.05$),训练方式和认知风格的交互作用不显著($F_{(4,190)} = 0.851, P > 0.05$)。经事后多重比较发现,电影课和团体训练能显著提高个体对同伴行为的预测性,而心理课和网络学习的效果不显著,电影课和团体训练的训练效果差异不显著,心理课和网络学习间的训练效果差异也不显著。

在同伴信任的可依赖性维度上,训练方式主效应极其显著($F_{(4,190)} = 11.14, P < 0.001$),认知风格主效应不显著($F_{(1,193)} = 2.621, P > 0.05$),训练方式和认知风格的交互作用不显著($F_{(4,190)} = 1.069, P > 0.05$)。经事后多重比较发现,四种训练方式都能显著提高个体对同伴的依靠程度。在四种方式中,网络学习与其他三种方式的训练效果都存在着显著差异,而电影课、团体训练和心理课三者之间的训练效果差异不显著。

在同伴信任的信赖性维度上,训练方式主效应极其显著($F_{(4,190)} = 10.853, P < 0.05$),认知风格主效应显著($F_{(1,193)} = 7.603, P < 0.01$),训练方式和认知风格的交互作用不显著($F_{(4,190)} = 0.943, P > 0.05$)。经训练方式主效应分析发现,四种训练方式都能极其显著的提高个体对同伴的信赖程度,团体训练和网络学习的训练效果差异显著,电影课与其他三种方式之间、团体训练和心理课之间以及心理课和网络学习之间对于提高个体对同伴的信赖程度差异不显著;经认知风格主效应分析发现,场依存型个体($M = 7.825$)对同伴信赖程度的提高明显高于场独立型的个体($M = 5.540$)。

(二)不同训练方式、认知风格对一般信任的影响

协方差分析表明,训练方式主效应极其显著($F_{(4,190)} = 5.522, P < 0.001$),认知风格主效应不显著($F_{(1,193)} = 0.501, P > 0.05$),训练方式和认知风格的交互作用不显著($F_{(4,190)} = 0.43, P > 0.05$)。经训练方式主效应检验进一步的多重比较发现,四种训练方式都能显著提高个体对一般人群的信任程度,但四种训练方式之间训练效果的差异不显著。

四、讨论

(一)各种训练方式的效果

各种训练方式都有自身的优势和不足,所以导致了人际信任各个方面训练效果上的差异。综合来看,对大学生同伴人际信任改善效果最好的训练方式为电影课和团体训练,其次为心理课,效果最差的是网络学习。

电影课是改善大学生同伴信任最好的一种训练方

式,这与刘正奎等人^[6]的研究结论在一定程度上是一致的,即电影具有极高的人文教育价值,它对儿童社会交往和价值观具有积极的影响。电影课的教学方式适合于大学生群体,也适合于对大学生人际信任的培养与改善,其原因是:首先,大学生思维发展已经成熟,具有较强的思辨能力和独立的见解,而电影课恰恰给学生提供了思考与想象的空间。信任问题比较抽象、晦涩,学生们通常只是模糊的知道其含义,但对怎样做却不甚了解,通过影片中主人公的语言和行为,可以直观的给学生以榜样的示范作用,并可以激起学生的认知冲突,进而对自己与他人的人际信任和人际关系进行内省与反思。其次,大学生情绪情感易受感染,电影课以故事情节为依托,充满感情色彩,容易激发学生对影片人物的移情,在触及内心感觉和体验的同时,由内而外的接受影片所倡导的相互信任的主题和内容。最后,电影课中教师的巧妙组织、精心点拨,不仅拉近了师生之间的距离,使教师成为学生学习的亲密伙伴,而且更让学生在共同观摩、相互讨论的过程中自主学习,完全打破了教师自导自演,学生盲目听课的传统模式,把学习和体验的自主权毫无保留的还给学生。

欧阳文珍、王欣等人的研究指出,团体训练能有效提高学生的人际素质。本研究证实了这一观点,团体训练能有效改善大学生人际信任的水平。在团体中指导老师不会简单说教,而是通过游戏、讨论等环节启发和引导成员,进而培养成员之间的信任感与归属感,从对团体的信任到信任周围的其他人,从对团体的归属感衍延到对学校和社会的认同感与归属感,团体给每个成员提供了一个有助于改变的支持环境。

课程教育是开展大学生心理健康教育的传统途径,但本研究结果表明其对于改善大学生人际信任水平的效果并不理想。主要原因是教学形式相对而言比较呆板、方法单调、模式单一;由于缺少学生的直接经验和内心体验,学生觉得提高信任能力的实用性和可操作性差;学生参与和学习的主动性和积极性不高,课堂上大多数时间比较被动和懒散。

网络学习具有开放性、自主性、隐性、自由度大等特点,是非网络教育环境所无法比拟的。但在本研究中把它作为人际信任训练的一个手段其效果最差。首先,在网络学习环境中,一切交流活动都是以语言文字进行的,缺乏师生之间、学生之间的目光接触以及身体语言、面部表情和其他非言语信息的交流,导致师生、生生间情感交流的缺失。而对学生进行人际方面的训练和培养,最重要的就是人与人之间的交流和情感上的沟通,以及学生自身的情感体验和实践活动,所以人际信任训练最需要的和最核心的教育正是网络学习所缺少的。其次,网络学习的基点是学生的自主学

习,很多学生已经具备自主学习的能力,但自主学习的效果却不理想。

(二)认知风格的影响作用

认知风格是重要的个体差异变量,它影响着不同训练方式对个体人际信任训练的效果。对场依存型学生,电影课、团体训练和心理课之间的训练效果不存在显著差异,但网络学习的效果显著低于其他三种方式的训练效果;对场独立型学生,团体训练的效果明显好于心理课和网络学习,电影课的效果明显好于心理课。许多研究发现,场依存认知风格的学生倾向于以外在参照作为信息加工的依据,在学习中容易受情绪、环境和他人的影响,喜欢有严密结构的的教学,需要教师提供知识结构和明确的指导与讲解,喜欢与他人一起讨论学习。在本研究中,电影课、团体训练和心理课为学生提供了好的学习环境和与他人交流的空间,以及老师的点拨与指导,在这样的环境中场依存型学生更易受到情绪的影响,接受他人的影响,提高对信任的感性和理性认识。而在网络学习中,场依存型的学生由于缺少与他人的交互作用,缺少思想与行为的外在参照,更缺少严格意义上的教学和教师的影响与指导,所以他们的人际信任改善程度不理想。

五、结论

本研究主要得出如下三点结论:

(一)四种训练方式都能显著提高大学生的同伴信任水平。总体而言,最好的训练方式为电影课和团体

训练,其次为心理课,效果最差的是网络学习。

(二)四种训练方式都能显著提高大学生一般人际信任水平,但四种训练方式之间训练效果的差异并不显著。

(三)训练方式和认知风格在大学生一般人际信任上不存在交互作用,在同伴信任上存在着显著的交互作用。

参考文献

- [1] 张建新,张妙清,梁觉. 殊化信任与泛化信任在人际信任行为路径模型中的作用[J]. 心理学报, 2000, 32(3): 311 - 316
- [2] Rotter J B. A new scale for the measurement of interpersonal trust[J]. Journal of Personality, 1967(35): 651 - 665.
- [3] Gurtman M B. Trust, distrust and interpersonal problems: A circumplex analysis[J]. Journal of personality and social psychology, 1992, 62(6): 989 - 1002.
- [4] 杨中芳,彭泗清. 中国人人际信任的概念化:一个人际关系的观点[J]. 社会学研究, 1999, (2): 1 - 21.
- [5] 汪向东. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京:中国心理卫生杂志, 1999. 144 - 146.
- [6] 教育部“十五”规划课题《优秀电影全面提高学生素质的实证研究》结题研究报告[EB/OL]. <http://www.film-course.org/cgi-bin/ui/text.pl?id=96.2006.3.10/2006.4.6>

A Kind of Training Experiment About Improving the Interpersonal Trust Among the Undergraduates

CAI Ying-chun^{1,3}, ZHANG Xiang-ku^{1,2}

(1. Center of Psychology and Behavior Study, Tianjin Normal University, Tianjin, 300074, China;

2. Department of Psychology, Northeast Normal University, Changchun, 130024, China;

3. Department of education, Harbin Normal University, Harbin, 150025, China)

Abstract: This study combined questionnaires with an experiment to investigate the effect of the training manners and cognitive style on the interpersonal trust using 195 undergraduates in Grade Two as subjects. The results showed: (1) All of the manners improved the level about the company trust obviously. In conclusion the best two training manners were film course and group training, the second was mental health course, on-line learning was the worst one. (2) Four manners improved the level of the common trust, but the differences among the manners were not significant. (3) There was not training manners and cognitive style interaction effects on the common trust, but there was significant interaction effects on the company trust.

Key Words: interpersonal trust; training manners; cognitive style

(责任编辑 赵蔚)