

大學生拒絕敏感度、情緒調節策略與自我效能之相關研究

學生：陳逸函

指導教授：吳麗雲博士

國立臺南大學諮商與輔導學系碩士班

摘要

本研究主要探討大學生拒絕敏感度、情緒調節策略與自我效能之間的關聯。本研究以大學生為研究對象，透過網路進行問卷調查，共取得 455 份有效問卷。研究工具包含「拒絕敏感度量表」、「情緒調節策略量表」及「一般自我效能量表」，並以描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、Pearson 積差相關、逐步回歸分析等統計方法進行分析。本研究結果如下：

- 一、大學生在人際互動中對於被拒絕感到部分焦慮，並預期他人有點可能不同意自己的要求；大學生在面對負向情緒時，最常使用的情緒調節策略為「控制」，次之為「發展新觀點」，第三為「社會支持」，而最不常使用的情緒調節策略為「失能調節」；大學生覺得自己大部分能解決面對到的困難與挑戰。
- 二、不同性別大學生在拒絕敏感總分與分量表中的焦慮程度中有顯著差異，皆為女性高於男性。
- 三、不同性別大學生在情緒調節策略中的「社會支持」與「增加正向情緒」有顯著差異，前者為女性高於男性，後者為男性高於女性；不同打工經驗大學生在情緒調節策略中的「社會支持」、「發展新觀點」、「增加正向情緒」與「分心」有顯著差異，皆為有打工經驗高於沒有打工經驗。
- 四、不同性別大學生在自我效能上有顯著差異，為男性高於女性；不同打工經驗在自我效能上有顯著差異，為有打工經驗高於沒有打工經驗。
- 五、大學生拒絕敏感度總分及分量表中的焦慮程度、負向期望皆與自我效能存在顯著低度負相關。
- 六、大學生情緒調節策略中的「社會支持」、「增加正向情緒」及「分心」皆與自我效能存在顯著低度正相關，「發展新觀點」與自我效能存在顯著中度正相關，「宣洩」

與「失能調節」與自我效能存在顯著低度負相關。

七、 大學拒絕敏感度總分與情緒調節策略中的「社會支持」、「宣洩」、「控制」存在顯著低度正相關，與「增加正向情緒」存在顯著低度負相關。

八、 大學生拒絕敏感度及情緒調節策略中的「控制」、「失能調節」能負向預測自我效能；情緒調節策略中的「發展新觀點」、「增加正向情緒」能正向預測自我效能。

研究者根據研究結果提出建議，以供學校實務工作者及未來研究參考。

關鍵字：拒絕敏感度、情緒調節策略、自我效能