

大学生学习倦怠与外显自尊、内隐自尊的相关性研究^{*}

时金献 谭亚梅

(河南大学心理学系, 开封, 475004)

摘 要 探索大学生学习倦怠与外显自尊、内隐自尊的关系。201 名大学生参加问卷调查和实验研究, 分别采用大学生学习倦怠量表和 Rosenberg 的自尊量表测量学习倦怠和外显自尊, 同时使用内隐联想测验测量被试的内隐自尊。成就感降低对于内隐自尊具有较好的预测作用($p < 0.05$), 但对外显自尊的预测作用更强($p < 0.01$); 耗竭和人格解体对外显自尊的预测作用也达到了边缘显著性水平($p = 0.089$, $p = 0.077$)。大学生学习倦怠对其外显自尊、内隐自尊有重要影响; 外显自尊和内隐自尊是两个相对独立的自尊结构。

关键词: 学习倦怠 内隐自尊 外显自尊

学习倦怠是学生由于长期的学业压力或对学习缺乏兴趣, 而造成的一种情感耗竭、人格解体及个人成就感降低的症状^[1]。而研究表明, 倦怠和自尊或自我概念是相关的。Anderson 等(1984)发现教师倦怠的情感耗竭和人格解体维度与自尊的缺乏密切相关^[2]。也有研究考察了自尊的不同侧面与倦怠之间的关系, 如 Friedman 等(1992)将教师的职业自尊分为职业胜任感、职业满意感和个人胜任感三个方面, 发现这三个方面都与倦怠呈显著的负相关^[3]。Villa 等(2001)也从不同的侧面考察了教师倦怠与其职业自我概念之间的关系^[4], 得到了与 Friedman 等(1992)相似的结果。

自尊包括外显自尊(explicit self-esteem)和内隐自尊(implicit self-esteem)。外显自尊的测量采用直接的自陈式量表, 由于人们在自我评价中有自我偏好的心理特征, 回答问题存在社会赞许性。基于此 Greenwald 在 1995 年正式提出内隐自尊概念, 即内隐自尊指的是对与自我相关或不相关的事物做评价时, 通过内省而不能确认的自我态度效应^[5]。内隐自尊的常用测量方法为内隐联想测验(Implicit Association Test, IAT), 已有研究证实该测验测量指标较好^[6]。内隐自尊概念的提出使得外显自尊和内隐自尊之间的关系成为研究热点, 相关研究表明外显自尊和内隐自尊是两个相对独立的自尊结构^[7]。

鉴于以往关于倦怠与自尊关系的研究都是建立在外显自尊的基础上, 我们认为内隐自尊概念的提出以及有效的测量方式为考察倦怠和自尊的关系提供了新的视角。本研究

的目的就在于同时从内隐和外显的角度, 对学习倦怠和自尊的关系进行考察。

1 对象与方法

1.1 调查对象

采用分层随机抽样, 共抽取 201 名在校大学生。其中男生 121 人, 女生 80 人; 大二 79 人, 大三 73 人, 大四 49 人; 文科 42 人, 理科 27 人, 工科 67 人, 医科 65 人。

1.2 调查工具

1.2.1 学习倦怠的测量 采用在李永鑫等编制的 CMBI (Chinese Maslach Burnout Inventory) 基础上修改而成的大学生学习倦怠量表。该量表包括耗竭、人格解体和成就感降低三个因素, 每个因素有 5 个条目, 成就感降低需要反向计分。量表信、效度指标良好, 符合心理测量学的要求^[8]。

1.2.2 外显自尊的测量 采用 Rosenberg 的自尊量表(SES) 测量外显自尊^[9]。该量表包括 10 个条目, 四等级评分, 从“1”到“4”依次代表“很不符合、不符合、符合、非常符合”, 总分范围 10-40, 分数越高, 自尊水平越高。且测量指标较好, 广泛应用于多种文化背景下的研究。

1.2.3 内隐自尊的测量 采用信、效度较好的内隐联想测验(Implicit Association Test, IAT) 测量内隐自尊, 在测验中记录被试的反应时作为内隐自尊的测量指标。实验由 5 个部分组成, 具体程序如下表。

表 1 IAT 测验程序

| 测验部分 | 分类任务描述 | 刺激 |
|-------------|-------------------------------|-----------------|
| 1. 靶词分类 | “我或我一类”按 1, “别人”按 0 | 1—我, 0—别人 |
| 2. 属性词分类 | “积极”的词按 1, “消极”的词按 0 | 1—积极, 0—消极 |
| 3. 联合分类(一致) | “积极”或“我或我一类”按 1, “消极”或“别人”按 0 | |
| 1—我/积极, | 0—别人/消极 | |
| 4. 靶词分类反转 | “我或我一类”按 0, “别人”按 1 | 1—别人, 0—我 |
| 5. 联合分类反转 | “积极”或“别人”按 1, “消极”或“我或我一类”按 0 | 1—别人/积极, 0—我/消极 |

上述测验程序的 1、2、4 部分均为练习部分, 最后参与数据分析的是 3、5 两部分的反应时数据。此外, 在实际测验中, 在 3、5 之前有各自的联合分类的练习。

1.3 统计方法

对 IAT 的反应时数据按照 Greenwald 的建议^[10], 对于 300 毫秒以下和 3000 毫秒以上的反应时, 分别以 300 毫秒和

* 通讯作者: 时金献, 男, Email: js87yz@henu.edu.cn

3000 毫秒计算,将错误率超过 20%的数据去掉,并对剩余的数据进行对数转换后参与统计分析。本研究采用 spss11.5 对数据进行 Person 相关分析和多元回归分析。

2 结果

2.1 大学生学习倦怠与外显自尊、内隐自尊的描述统计及

表 2 学习倦怠与外显自尊、内隐自尊的相关分析

| | <i>M</i> ± <i>SD</i> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---------|----------------------|----------|--------|---------|---------|---|
| 1 外显自尊 | 18.697±4.063 | 1 | | | | |
| 2 内隐自尊 | 0.134±0.081 | -0.028 | 1 | | | |
| 3 耗竭 | 16.663±6.028 | -0.348** | 0.080 | 1 | | |
| 4 人格解体 | 14.635±5.270 | -0.348** | 0.030 | 0.478** | 1 | |
| 5 成就感降低 | 15.444±4.647 | -0.449** | 0.191* | 0.448** | 0.441** | 1 |

注：* $p<0.05$, ** $p<0.01$

2.2 大学生学习倦怠与外显自尊、内隐自尊的多元回归分析

分别以外显自尊和内隐自尊为因变量,以学习倦怠各维度为预测变量,进行多元回归分析。由表 3 可知,成就感降

表 3 学习倦怠对外显自尊、内隐自尊的多元回归分析

| 因变量 | 预测变量 | <i>R</i> | <i>R</i> ² | <i>F</i> | β | <i>Beta</i> | <i>t</i> | <i>P</i> |
|------|-------|----------|-----------------------|----------|---------|-------------|----------|----------|
| 外显自尊 | 方程模型 | 0.214 | 0.046 | 2.771* | | | | 0.000 |
| | 耗竭 | | | -0.091 | -0.135 | -1.713 | 0.089 | |
| | 人格解体 | | | | -0.108 | -0.140 | -1.779 | 0.077 |
| | 成就感降低 | | | | -0.286 | -0.327 | -4.243** | 0.000 |
| 内隐自尊 | 方程模型 | 0.492 | 0.243 | 18.573** | | | | 0.043 |
| | 耗竭 | | | | 0.000 | 0.032 | 0.366 | 0.715 |
| | 人格解体 | | | | -0.002 | -0.113 | -1.278 | 0.203 |
| | 成就感降低 | | | | 0.004 | 0.226 | 2.616* | 0.010 |

注：* $p<0.05$, ** $p<0.01$

3 讨论

本研究结果表明,学习倦怠的各维度与外显自尊的得分呈负相关,说明大学生个体的学习倦怠程度就越高,其外显自尊水平越低,反之,学习倦怠程度越低,其外显自尊水平越高。这可能是因为学习倦怠程度较低的学生更善于合理安排自己的学习,积极有效的解决学习中遇到的困难,并取得好的成绩,所以在整个学习过程中,能够体验到一种积极的情绪、对学习持一种乐观,并能驾驭自己的学习,在学习中找到成就感和信心,从而体现出自身较高的外显自尊水平。尤其是在学习中获得的成就是预测其外显自尊水平的最佳变量。同时,本研究的结果也支持了李永鑫等在教师、警察和医护群体中初步显示的工作倦怠和外显自尊的关系^[11]。

而学习倦怠的三个维度中,只有成就感降低和内隐自尊呈正相关,说明学习倦怠程度越高者,内隐自尊也越高。即学习中很难体验到成就感的学生,其内隐自尊越高,这一点和外显自尊刚好相反。成就感降低和外显自尊、内隐自尊截然相反的关系,体现了外显自尊和内隐自尊的在自尊水平上的结构分离。而这一结果恰恰支持了 Greenwald 等对于外显自尊和内隐自尊的关系研究的结论,即两者相对独立,且呈低相关。

相关分析

由表 2 看出,学习倦怠的各维度和外显自尊得分均呈负相关,成就感降低和内隐自尊呈正相关,内隐自尊和外显自尊相关不显著。

低对于内隐自尊具有较好的预测作用($p<0.05$),但对外显自尊的预测作用更强($p<0.01$);而耗竭和人格解体对于外显自尊的预测作用达到了边缘显著性水平($p=0.089$, $p=0.077$)。

比较显著,而耗竭与人格解体对外显自尊的预测却达到边缘显著性水平。这一结果可能与自尊的内涵有很大关系,自尊指的是个体对自身的特质和能力的整体的评价^[3],成就感降低也涉及到对自身解决问题的能力的一种评价,这两者本身都与能力相关。而耗竭与人格解体都是在情感、态度等方面的一些体验,对外显自尊还有一定的预测作用,但和内隐自尊就没有相关了。

4 参考文献

- 1 李永鑫·工作倦怠(MBI)简介·环境职业医学,2004,21(6):506-507
- 2 Anderson M B, Iwanicki, E F. Teacher motivation and its relationship to burnout· Educational Administration Quarterly, 1984, 20(2): 94-132
- 3 Friedman I A, Farber B A. Profession self-concept as predictor of teacher burnout· Journal of Education Research, 1992, 86(1):28-35
- 4 Villa A, Calvete E. Development of the teachers self-concept evaluation scale and its relation to burnout· Studies in Educational Evaluation. 2001,27(1): 239-255
- 5 Greenwald A G, Banaji M R. Implicit social cognition: Attitude, self-esteem, and stereotypes· Psychology Review 1995,102(1):4-27

(下转第 710 页)

13

连榕,孟迎芳.学业中等生自我监控学习能力与人格特征关系的研究.福建师范大学学报(哲学社会科学版),2003,3;128—131

14

Li Dan. The handbook of Combined Raven's Test in Chinese version (in Chinese). Shanghai: East China Normal University, 1989

15

陈国鹏,金瑜等.《中小学生注意力测验》全国常模制定报告.心理科学,1998(5)

16

胡志海,梁宁建.大学生元认知能力训练研究.心理科学,2003(3)

17

谭和平,李其维.略论思维的可训练性.华东师范大学学报(教育科学版),1998(4)

18

王有青.中学生推理能力的培养.安庆师范学院学报(社会科学版),2001(5)

19

张庆林.当代认知心理学在教学中的应用.重庆:西南师范大学出版社,1995

20

程素萍.学生思维元认知训练的研究与实验.教育理论与实践,1994(1)

21

方红,毕华林.问题解决中元认知训练的研究.北学教学,2002(9)

22

张厚聚,吴正,宋华.程序设计教学对儿童元认知能力发展影响的研究.理发展与教育,1994(1)

A Comparatiue study on the relationships of Primary and Middle School Students' Logical Reasoning Ability, Metacognition, and the Level of Attention Academic Achievement among

Zhang Junling

(¹ Vocational and Technical College of Jin Cheng, Shanxi, 048000)

Abstract Combined logical reasoning ability, metacognition and the level of attention together, This study discussed the interaction between the three factors and students' academic achievement, in order to provide some practical suggestions for psychological standpoint the education of primary and middle schools. The results indicated as follows: 1. Students academic achievements were unbalanced in logical reasoning ability, metacognition and attention. 2. There was no significant sex difference in their logical reasoning ability, metacognition and the level of attention. 3. The correlation coefficients between logical reasoning ability and the level of metacognition and students' Chinese and math achievements were significant. 4. Logical reasoning ability could well predict the academic achievements.

Key words: primary and middle school students, logical reasoning ability, metacognition, attention, academic achievement

(上接第 737 页)

6

Greenwald A G, Farham S D. Using the implicit association tests to measure self-esteem and self-concept. Journal of Personality and Social Psychology, 2000, 79(6);1022—1038

7

蔡华俭. 内隐自尊效应及内隐自尊和外显自尊的关系. 心理学报,2003,35(6);796—801

8

李永鑫,谭亚梅.大学生学习倦怠的初步研究.中国健康心理学杂志,2007,465—467

9

Rosenberg.自尊量表.汪向东,王希林,马弘,编著.心理卫生评定量表手册.中国心理卫生杂志,1999(增刊);318—320

10

Greenwald A G, Farnham S D. Using the Implicit Association Test to measure self-esteem and self-concept. Journal of Personality and Social Psychology, 2000,107(1);101—126

11

李永鑫,李艺敏.工作倦怠评价标准的初步探讨.心理科学,2006,29(1);148—150

The Relationship of Learning Burnout With Explicit Self-esteem and Implicit Self-esteem in College Students

Shi Jinxian, Tan Yamei

(Psychological Department of Henan University, Kaifeng, 475004)

Abstract To explore the relationship of learning burnout with explicit self-esteem and implicit self-esteem in college students, 201 college students completed a college students learning burnout inventory and Rosenberg Self-esteem Scale. The Implicit Association Test was used to measure the implicit self-esteem of the students. Reduced personal accomplishment was found to positively predict implicit self-esteem ($P < 0.05$) better, but it negatively predicted explicit self-esteem ($P < 0.01$). Emotional exhaustion and depersonalization also had negative effects on explicit self-esteem, which were only marginally significant ($P < 0.10$, $P < 0.10$). Learning burnout had an important effect on explicit self-esteem and implicit self-esteem in college students. Explicit self-esteem was a structure relatively independent from implicit self-esteem.

Key Words: Learning burnout, Explicit self-esteem, Implicit self-esteem