

大学生情感倦怠研究

葛明贵* 戴丽 张华玲

(安徽师范大学教育科学学院 芜湖 241000)

摘要 通过对 116 名大学生开放式问卷和 523 名大学生预测问卷的测试结果进行分析,编制出二维结构的大学生情感倦怠问卷。经过信、效度的检测及问卷的验证分析,表明该问卷可以作为测评大学生情感倦怠的有效工具。

关键词: 大学生 情绪耗竭 情感倦怠

1 引言

自上世纪 70 年代美国倦怠研究专家 Maslach 提出职业倦怠这一概念后,倦怠问题逐渐成为心理学研究的热点。Maslach 等人将工作倦怠定义为一种助人行业中的情感耗竭、人格解体和个人成就感降低的症状^[1]。情感耗竭(情绪衰竭)指个体情感处于极度疲劳状态,完全丧失工作热情;人格解体指消极冷淡、毫无感情地对待工作对象;个人成就感降低则指个体消极地评价自己的工作能力和工作成就。由此可见,倦怠综合体现出情绪和情感上的负性特征,个体在所从事的任务中热情减少、成效降低。以往研究表明,教师由于工作压力、薪水等因素导致工作热情降低、离职倾向严重^{[2][3]};医护人员由于工作环境、医患关系等因素导致内在动机减弱、工作倦怠^[4],此外,图书管理员^[5]、大学辅导员^[6]由于工作性质也容易产生职业倦怠症状。

随着倦怠研究的深入,其它倦怠类型的研究也有了初步发展。连榕等人提出了大学生学习倦怠的三维模型,用以测量大学生学习情境的倦怠程度^[7]。许有云用此量表探讨大学生学习倦怠与应对风格之间的关系,揭示控制型应对风格的大学生其倦怠总分及各因子得分均低于灵活型、非控制型和异常型^[8]。黄卫平等人分析了大学生产生学习倦怠的四大因素,并提出消除学习倦怠的对策^[9]。

大学生是身心发展日趋成熟的特殊群体,担负着我国现代化建设的重任,面临多重竞争和压力,在学习、生活中不可避免会遇到各种情感问题。有研究表明:出现心理问题或障碍的大学生中,有多于 60% 的人表现为情感上的问题与矛盾^[10]。新时期大学生情感具有不稳定性,时常处于波动、迷茫和抉择之中,亲情、友情和爱情之间的冲突常使大学生感到困惑。同时大学生情绪管理能力不足,心理承受力差,面对困难、挫折表现出惊慌失措、以逃避或抱怨的态度来处理,有的甚至采取结束生命的极端方式,大学生具有情感上的倦怠症状已成为不争的事实。以往研究重智轻情,注重大学生的智力研究,而忽视大学生情绪情感的研究,这方面的疏忽我们应当引起重视。如果大学生亲情、爱情、友情等情感问题解决不当,不仅影响当前的学校生活,还可能影响他们未来的生活,甚至影响其一生。

本研究认为,情感倦怠主要指个体受到外界的刺激、压力致使其无法应付而导致的情绪情感的耗竭现象,通常表现

为情感封闭、悲观厌世、萎靡不振、对人际交往的力不从心等消极症状。由于情感属于个体的主观体验,生理唤醒和认知评价相互作用并决定着情绪情感^[11]。因此,参考 MBI 量表和学习倦怠量表的内容,结合引起情感倦怠的环境变量,从外部表现和内部体验两方面来构建大学生情感倦怠的理论模型;外部表现主要通过人际交往障碍、情感封闭性、情绪耗竭和情感控制等因素来体现情感;内部体验是通过对学习、情绪胜任及自我效能感的主观体验来反映情感。这是问卷初步确定的基本维度,各维度的具体内容则根据学生心理发展的实际而定。

大学生情感倦怠的研究,可以使教育者以及大学生自身对情感倦怠有初步认识,以便教育者有针对性地指导和干预有情感倦怠症状的学生,也可以为大学生进行情绪情感调节提供依据,最终实现维护大学生心理健康和优化其心理素质的目的。

2 研究方法

2.1 对象与方法

随机抽取安徽大学、皖南医学院等 5 所大学本科学生作为被试,回收有效问卷 523 份,有效率为 90.48%。其中男生 276 人,女生 247 人;大一 246 人,大二 225 人,大三 52 人;文科 75 人,理科 153 人,工科 138 人,医学 157 人。

在文献研究和生活经验的基础上,通过大学生、研究生的结构访谈,结合 116 名大学生的开放式问卷调查,并请心理学教授、专家讨论、删减题项,最后编制出大学生情感倦怠的预测问卷。该问卷共 86 个题项,包括 10 道测谎题和 12 道反向计分题。采用 Likert 自评式 5 点记分,从“完全符合”记 5 分到“完全不符合”记 1 分。

所得数据采用 SPSS 13.0 和 LISREL 8.70 软件进行分析处理。

2.2 探索性因素分析

对问卷进行了 Bartlett 球形检验,其卡方值为 6640.790, KMO 值为 0.928,表明变量间有共享因素存在,适宜进行因素分析。采用主成分分析法和最大正交旋转法进行探索性因素分析,并依据因素特征值大于 1、各因素需符合陡阶检验、每个因素至少包含 3 个题项、因素比较好命名等标准抽取 8 个因子,解释总变异量为 52.810%,分别命名为:F1:情感封闭、F2:情绪耗竭、F3:情绪胜任感、F4:学习厌倦感、F5:

* 通讯作者:葛明贵; E-mail: gmg1964@mail-ahnu.edu.cn

情感意识、F6:人际冲突、F7:自我效能感、F8:情绪控制。各因子的题项、负荷值、特征值和贡献率见表 1。

表 1 各因子的因子负荷、特征值和贡献率

F1		F2		F3		F4		F5		F6		F7		F8	
题项	负荷	题项	负荷	题项	负荷	题项	负荷	题项	负荷	题项	负荷	题项	负荷	题项	负荷
V26	0.749	V74	0.685	V64	0.712	V38	0.737	V3	0.682	V23	0.568	V68	0.676	V19	0.613
V42	0.691	V73	0.595	V57	0.698	V8	0.736	V81	0.654	V17	0.537	V72	0.481	V7	0.552
V78	0.608	V67	0.558	V56	0.669	V2	0.731	V77	0.578	V6	0.519	V41	0.478	V66	0.487
V28	0.597	V75	0.547	V76	0.657	V65	0.624	V21	0.483	V70	0.499				
V22	0.573	V83	0.516	V63	0.562	V39	0.552	V18	0.451						
V85	0.469	V49	0.510												
V34	0.451	V62	0.497												
V53	0.428														
特征值		10.056		2.635		1.986		1.525		1.397		1.272		1.143	
贡献率		25.140%		6.588%		4.966%		3.813%		3.492%		3.181%		2.857%	

注:56、57、63、64、66、72 为反向计分题,统计分析时已做了相应的转换。F1—F2 代表因子 1—因子 8,下同。
由于各因素之间具有较高的相关度,考虑对这 8 个因子进行了二 213%,显著性为.000,说明变量间有共享因素存在,因此建构了大学
阶段因素分析,分析结果表明 KMO 值为 0.881,解释总变量量为 61. 生情感倦怠的二阶模型(见表 2)。

表 2 一阶因子在二阶因子上的负荷、共同度及特征值

	维度一 (M1)					维度二(M2)			
	F6	F1	F2	F5	F8	F7	F3	F4	
负荷	0.802	0.774	0.751	0.726	0.634	0.809	0.733	0.692	
共同度	0.663	0.659	0.723	0.550	0.483	0.679	0.615	0.527	
特征值			3.887				1.010		
贡献率			48.592%				12.621 %		

该模型为二维多因素结构,一阶因子 F6、F1、F2、F5、F8 面以及自我评价方面有欠缺。
构成维度一(M1),共 27 个项目,命名为外显情感倦怠,日常
生活中的人际交往、情感体验等因素给大学生带来的困惑、
挫折,进而导致其产生情绪情感倦怠;F7、F3、F4 构成维度二
(M2),共 13 个题项,命名为内隐情感倦怠,通过大学生对学习、情感状态的内在感受,间接地反映他们在自信心、情感方

面以及自我评价方面有欠缺。
2.3 问卷的信效度分析
2.3.1 信度分析
本问卷的内部一致性信度(Cronbacha 系数)和分半信度
见表 3。

表 3 问卷的信度分析

	维度一 (M1)					维度二 (M2)			总问卷
	F6	F1	F2	F5	F8	F7	F3	F4	
各因子 α 系数	0.656	0.818	0.805	0.690	0.517	0.563	0.777	0.779	0.921
维 度 α 系数			0.837				0.680		
分半信度	0.638 **	0.807 **	0.797 **	0.700 **	0.544 **	0.552 **	0.726 **	0.752 **	0.922 **

注:*代表 p<0.05 **代表 p<0.01,下同
由表可知,大学生情感倦怠各因子、维度及整体问卷的 a 的题项,并请心理学专业教授、教师、研究生分别从问卷结
系数均在 0.5170.921 之间,分半系数中也均在 0.544 以上, 构、项目排列、问卷指导语等方面进行评定,结果表明该问卷
且达到显著水平,表明该问卷具有较好的信度。 具有良好的内容效度。

2.3.2 效度检验

本问卷各因素之间及与总分的相关度见表 4。

本研究通过文献综述、结构访谈、开放式问卷确定问卷

表 4 各因子、维度及与总分之间的相关系数矩阵

	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	M1	M2	Total
F1	1										
F2	0.605**	1									
F3	0.413**	0.448**	1								
F4	0.288**	0.420**	0.378**	1							
F5	0.483**	0.524**	0.277**	0.336**	1						
F6	0.601**	0.596**	0.350**	0.270**	0.434**	1					
F7	0.351**	0.431**	0.478**	0.382**	0.252**	0.277**	1				
F8	0.408**	0.529**	0.363**	0.315**	0.425**	0.434**	0.295**	1			
M1	0.854**	0.860**	0.479**	0.415**	0.722**	0.776**	0.420**	0.645**	1		
M2	0.443**	0.552**	0.801**	0.812**	0.378**	0.384**	0.704**	0.419**	0.561**	1	
Total	0.805**	0.848**	0.644**	0.599**	0.682**	0.725**	0.566**	0.638**	0.958**	0.775**	1

10 γ . . | : | \equiv \sim , 1994, 35–36

11 Giorgi, A. Fischer, C. & Murray, E. (Eds). *Duquesne studies in Phenomenological Psychology* (Vol. 2). Atlantic Highlands, NJ: Humanities Press, 1979

12 . — + ⑧. |

13 ∞ ($\sim \equiv$), 2000, 27(3): 11–15

13 . + (七) . | \neg ,

2003, 1, 70–72

14 $\oplus \equiv$. ? * — .

F ∞ , 2001, 2(5), 28–31