

习得性无助量表研制及其与人格相关研究

武晓艳¹, 曾红¹, 马绍斌¹, 邬君伟², 许晓宁²

(暨南大学医学院 1. 医学心理学教研室, 2. 临床医疗系, 广东 广州 510632)

摘要:【目的】编制习得性无助测量工具, 检验其信效度, 研究与人格关系。【方法】通过文献检索、个人访谈、专家访谈等方法, 构建习得性无助理论维度, 形成初始量表, 随机抽取 220 名被试初步预测并分析后, 形成习得性无助正式量表。抽取 1 067 名被试测试, 然后对量表进行项目分析、探索性因素分析、验证性因素分析和信度分析。【结果】习得性无助量表包括 18 个条目二个维度(无助感、绝望感), 累计贡献率为 53.345%, 因素分析各条目载荷均在 0.40 以上, 验证性因素分析各拟合指标较好, 全问卷同质性信度为 0.930, 分半信度为 0.901, 重测信度为 0.898, 艾森克人格问卷各维度习得性无助得分比较有显著性差异($P < 0.001$)、男女不同性别的习得性无助比较, 差别没有统计学意义, 该量表区分效度好。【结论】该量表具有较好的信效度, 可作为习得性无助测量工具; 习得性无助与人格关系紧密, 内向、神经质高分、精神质高分者习得性无助得分高, 即易习得性无助; 外向、神经质低分、精神质低分者习得性无助得分低, 即不易习得性无助。

关键词: 习得性无助; 信度; 效度; 人格; 相关

中图分类号: R195 **文献标识码:** A **文章编号:** 1672-3554(2009)03-0357-05

Development of Learned Helplessness Scale and Its Relationship with Personality

WU Xiao-yan¹, ZENG Hong¹, MA Shao-bin¹, WU Jun-wei², XU Xiao-ning²

(1. Department of Medical Psychology, 2. Department of Clinic Medical, Medical School Jinan University, Guangzhou 510632, China)

Abstract: 【Objective】 The main objective of this research was to design a measurable tool for testing learned helplessness; its reliability and validity and the relationship with personality. 【Methods】 The questionnaire was designed based on research of literature, interviews with experts and members of the general public. After we got the elementary questionnaire, 220 random samples engaged in primary testing, and the formal scale was set up according to the analysis result. A total of 1 067 samples attended the test, followed by item analysis, explore facts analysis, reliability analysis of the scale. 【Results】 The standard questionnaire included 18 items with totally two dimensionalities (helplessness, despair). These two factors could explain 53.3% of the total variance and were confirmed by confirmatory factor analysis, factor loadings of item was above 0.40, the consistent coefficient of the questionnaire was 0.930, split-half reliability coefficient was 0.924, test-retest reliability was 0.898. 【Conclusion】 The reliability and validity of the standard scale was pretty benign, which means it could be used as a measurable tool for testing the learned helplessness; there was strong relationship between learned helplessness and personality, people with introverted disposition, instead emotion, offish, contumacy were easy to get the learned helplessness.

Key words: the learned helplessness; scale; reliability; validity; personality; relationship

[J SUN Yat-sen Univ(Med Sci), 2009, 30(3):357-360, COV3]

习得性无助是指一个人由于连续失败和挫折后, 面对问题时产生的无能为力或自暴自弃的心理状态和行为^[1]。当人出现习得性无助状态时, 不仅会导致认知、动机、情绪上的偏差, 对以后的心

身健康、学习乃至一生的发展都会带来不利的影
响^[2]。临床如能识别这种心理状态, 并针对这种状
态进行相应治疗, 对心理障碍、学习困难的矫正会
收到较好效果, 同时也可以帮助治疗抑郁、焦虑症

收稿日期: 2009-03-10

基金项目: 教育部重点课题(DEA03011)

作者简介: 武晓艳, 心理学硕士, 讲师, E-mail: wxy3312@163.com

以及创伤后应激障碍^[3]。然而国内目前并无专门测量工具识别此种状态。国外习得性无助测量目前多是采用实验法如猜字谜、操作难题等,这存在测量的效度和信度问题,造成一些研究结果不一致。另外,习得性无助的早期研究集中在外部环境对被试产生的影响,后期重视内部心理的特征如归因、自我、认知信念等对被试产生的影响,较少去研究自然环境中的产生原因,过程以及产生后与性别、情绪情感、个性特征等的关系。人格与习得性无助关系如何?这在国内尚未见报到,我国对习得性无助研究内容多局限于对这一理论的讨论和评价,不易见到实证研究结果,而人格推动个体精神障碍的发生,增加其易患性,同时还会影响其病程及临床症状(疾病形式)^[4]。鉴于上述,本研究将严格按科学量表的编制方法编制习得性无助测量量表,为习得性无助的研究提供科学测量工具,并利用自编制的量表探讨习得性无助与人格关系。

1 材料与方 法

1.1 习得性无助量表的初步编制

通过查阅文献^[5]、建构理论维度基础上,随机抽取40名暨南大学、华南师范大学在校大学生、10名社会人员进行访谈和开放式问卷调查,问题是:你是否明白习得性无助?你是否觉得有过无助?如果有是否可以描述无助时你的状态?将搜集到的信息加以分析,选择有代表性和普遍性的条目,同时参考国外有关量表的项目,初步拟定出36个条目。编好后分别让动机研究专家、心理学老师,在校从事心理学专业学习的博士进行审阅,查找意见,最后形成30题初测问卷,包含三个维度分别情感、认知、行为,题目排列按不同纬度交叉混合排列,以Likert 5点式自评量表记分,完全不符合记1分,完全符合记5分,得分越高习得性无助越严重。

随机抽取暨南大学本部、暨南大学珠海学院在校大学生,不同专业、不同年级、不同性别共200名,集体施测,社会人员20名,由调查员发放问卷个体施测,对初始问卷进行小规模预试,以考察问卷的结构和项目质量,发回问卷220份,收回220份。项目分析前,先对被试个别访谈,让其找出是否有表述不清、难于理解或有其它疑问项目。再对施测结果进行初步的项目分析。

将习得性无助量表总分按从高到低的顺序排列,得分位于前27%者为高分组,得分后27%者为低分组,进行高低两个组在每题得分平均数上的差异显著性检验,计算每个条目“临界比率”,检查各个条目鉴别能力强弱,CR值未达到0.001显著水平删除。量表进行探索性因素分析,题项在某个因素上负荷越大,表明该题项与因素关系越密切,若题项在某个因素上负荷很小,则表明该题项不能反映出这个因素所代表的心理特征,因此删除因素负荷小于0.4的条目;题项的共同度小于0.40删除;条目和总分相关低于0.4删除;按以上规则共删除10个条目。最后形成20个条目组成的习得性无助正式问卷,题目排列原则同初始问卷。

1.2 调查对象

正式问卷采用分层随机抽样的方法抽取被试,取暨南大学本部330人、暨南大学珠海学院180人、华南师范大学160人、中山大学160人,广州某职业高中120人;随机抽取社会人员117人,共发放问卷1067份、剔除数据不全、明显乱填的问卷,共获得有效样本1000份,其中社会人员105份。

有效问卷中年龄16~60岁,平均年龄22($S=4$)岁,男性517人,女性483人,大学生专业与年级中:文科412人,理科303人,医科180人,大一学生290人,大二学生117人,大三学生124人,大四学生127人,大五学生116人,研究生121名其中硕士98名,博士23名。社会人员中:年龄19~60岁;职业中有公务员、经理、教师、工人、技术人员、销售、无业等;学历从小学、中学、高中到大学,婚姻中未婚38例,已婚54例,离异13例。

1.3 工 具

1.3.1 自编习得性无助问卷 包括一般情况和20题项构成的正式问卷,要求被试者根据自己的实际情况填答,问卷采用以Likert 5点式自评量表记分,完全不符合记1分,完全符合记5分,得分越高习得性无助越严重。

1.3.2 艾森克人格问卷 该量表由英国心理学家Eysenck编制,龚耀先等人修订为中文版^[6],包括四个维度:内外向、神经质、精神质、掩饰因子。

1.4 施测过程

由统一培训过的调查员实施调查,问卷使用

统一指导语,采用无记名方式填答。

1.5 统计方法

所有数据用 SPSS 13.0 和 AMOS 4.0 统计软件进行分析和处理,用条目和总分相关、因素分析的因素载荷分析与共同度分析、临界比率值(CR 值)进行项目分析;采用探索性因素分析、验证性因素分析分析量表的结构效度;用 Cronbachs α 系数检验量表内部一致性;通过 F 检验与相关分析分析习得性无助与人格关系。

2 结果

2.1 结构效度

2.1.1 探索性因素分析 先对 20 题的量表进行因素分析,KMO 的指标为 0.950, Bartlett 球形检验计量为 9623.952 ($P = 0.000$),说明数据很适合进行因素分析。在没有限定因素个数的条件下进行因素提取,结果特征值大于 1 的因素有 3 个,解释了 56.8% 的变异。对条目再次进行分析,CR 值未达到 0.001 显著水平删除;因素负荷小于 0.4 的条目删除;题项的共同度小于 0.40 删除;条目和总分相关低于 0.4 删除,按以上规则删除第 1、2 条目,对留存的 18 条目再次进行因素分析,KMO 的指标为 0.949, Bartlett 球形检验统计是 8918.8 ($P < 0.001$),它们可解释总方差变异的 53.3%。碎石图显示在第 2 个因素处开始形成碎石,故抽取 2 个因素。

抽取的第一个因素包括 13 个项目,内容反映

的是情感、认知和行为上的消极无助的心理状态,命名为无助感;第二个因素包括 5 个项目,内容是对生活、生命、自我绝望的心理状态与感觉,命名为绝望感。因素分析结果见表 1。

表 1 习得性无助因素分析结果

Table 1 The results of component factor analysis

Helplessness			Despair		
Items	Communality	Factor Loads	Items	Communality	Factor loads
5	0.66	0.80	9	0.65	0.80
3	0.61	0.77	20	0.63	0.79
4	0.60	0.75	15	0.46	0.59
8	0.58	0.72	12	0.42	0.49
7	0.59	0.70	14	0.40	0.47
18	0.51	0.69			
16	0.54	0.69			
6	0.54	0.69			
19	0.49	0.65			
10	0.47	0.64			
11	0.59	0.58			
17	0.40	0.54			
13	0.41	0.51			
Total		8.257		1.345	
%of Variance		45.87%		7.48%	

2.1.2 验证性因素分析 本研究用验证性因素分析(CFA)对探索性因素分析中抽取的因素结构进行验证,以实施交叉证实(cross-validation)。本研究对一阶二因素模型进行 CFA,发现模型得到了理想拟合,结果见表 2。

表 2 验证性因素分析结果

Table 2 The results of confirmatory factor analysis

GFI	χ^2	df	χ^2/df	GFI	AGFI	RMR	NFI	RFI	CFI	IFI	RMSEA	TLI
Value	618.59	126	4.9	0.94	0.91	0.03	0.93	0.92	0.95	0.94	0.063	0.94

GFI: goodness of fit index; AGFI: adjust goodness-to-fit index; RMR: root mean square residual; NFI: normal of fit index; CFI: comparative fit index; IFI: incremental fit index; RMSEA: root mean square error of approximation; TLI: Tucker-Lewis index

2.2 信度检验

Cronbach α 系数总量表为:0.930,分量表无助感因子为:0.924,绝望感因子为:0.742,分半信度为 0.901;四周后对暨南大学本部、暨南大学珠海学院、华南师范大学 100 名被试者重测,重测信度为 0.898, $P < 0.01$ 。

2.3 习得性无助与人格关系

人格各维度方差分析表明,内外向维度中内

向者习得性无助得分最高,其次是中间型,外向者得分最低,三者差异有统计学意义;在神经质维度中,情绪稳定者习得性无助得分最低,其次中间型,情绪不稳定者得分最高,三者差异有统计学意义;敌对、倔强、冷漠者即精神质维度得分高者习得性无助得分最高,其次是中间型,精神质得分低者习得性无助得分最低,三者差异有统计学意义,见表 3。进一步采用 LSD 平均数多重比较结果表

明,除内外向维度内向与中间型习得性无助得分差异没有统计学意义外,其它各维度两两比较差异均有统计学意义。人格各维度与习得性无助量表相关分析表明,习得性无助与内外向维度负相关($r = -0.254, P < 0.01$),与神经质维度正相关($r = 0.380, P < 0.01$),与精神质维度正相关($r = 0.361, P < 0.01$)。

表3 人格各维度习得性无助量表评分比较

Table 3 The comparison of learned helplessness in each personality dimensionality

Personality dimensionality	<i>n</i>	Learned helplessness
Intro-extroversion ¹⁾		
Extroversion	497	1.68 ± 0.54
Introversion	163	2.00 ± 0.62
Medium	340	1.88 ± 0.58
Neurotic ²⁾		
Emotional stability	159	1.48 ± 0.40
Emotional instability	474	2.01 ± 0.60
Medium	367	1.67 ± 0.51
Psyche ³⁾		
Offish and contumacy	145	2.22 ± 0.72
No-contumacy	573	1.62 ± 0.45
Medium	282	1.95 ± 0.58

1) $F = 17.827, P = 0.000$; 2) $F = 50.904, P = 0.000$; 3) $F = 59.471, P = 0.000$

2.4 习得性无助与性别关系

性别变量在习得性无助量表上差异不显著,男性得分 1.77 ± 0.57 ,女性得分 1.77 ± 0.54 ,两者比较, $t = -0.048, P = 0.962$ 。

3 讨论

3.1 内容效度

本研究查阅了大量国内外文献,依据相关理论与操作性定义建构习得性无助维度,访谈了在校大学生、社会人员共几十名,又有本学科专家、学者对其多次审查修改基础上,确认了习得性无助的初始量表,初始量表进行小规模预试,再审查、修改,因此量表的内容效度得到了保证。

3.2 习得性无助量表项目分析、信度与效度

条目中具有良好区分度的项目,能将不同水平被试区分开来,所以测量专家把试题区分度称

为测验效度“批示器”,一般认为区分度指数在0.30以上条目较为理想,本测验的各分测验区分度指数均在0.40以上,条目较为理想;本测验各项目因素负荷均达到0.40以上,这保证了各题项与因素的关系密切。

根据多数学者观点,任何测量或量表的信度系数如果在0.9以上,则该测验或量表的信度甚佳;信度系数在0.8以上都是可接受的。从本量表的结果来看,量表总的内部一致性信度为0.930,一分量表的信度也达0.924,分半信度为0.901重测信度为0.898,故本测验的信度甚佳。

在编制量表过程中,Anderson等^[7]建议,通过探索性因素分析建立模型,保证了问卷的结构效度,再用验证性因素分析去检验模型,保证量表所测特质的确实性、稳定性和可靠性。本研究探索性因素分析结果表明,习得性无助结构由两个因子组成,分别命名为无助感与绝望感,无助感具体表现为情感、认知和行为上的消极心理状态,绝望感是对生活、生命、自我绝望的心理状态与感觉,比如我有过自杀念头、我曾经想过结束生命的办法、我如行尸走肉等。

验证性因素分析对测验的重要贡献是把测验构想效度具体化,通过数据和理论模式之间吻合程度来表示一个测验高低。如果各项指数都较好,说明测验具有较好的构想效度。本研究一阶二因素结构进行验证性因素分析,各拟合指数均较好。

习得性无助量表的研制严格按照心理测量学程序建立,该量表包括二个维度:无助感与绝望感,具有较好的信度与效度,项目分析结果各条目均符合统计学与心理测量学要求,可作为习得性无助测量工具。

3.3 习得性无助与人格和性别的相关性

本研究探讨了人格与习得性无助的关系,相关分析结果表明:不同人格特质与习得性无助之间存在显著相关,具体来说与内外向负相关,与神经质正相关,与精神质正相关。

不同人格维度的方差分析结果显示,内向、神经质高分、精神质高分者习得性无助得分高;而外向、神经质低分、精神质低分者习得性无助得分低;人格中处于中间型习得性无助得分也处于中间状态,差异具有显著性。结果表明:人格与习得性无助相关密切,内向,焦虑、紧张、易怒、情绪不稳定者,孤僻、残忍、敌意、攻击性强、不服管教、缺

乏是非感者易习得性无助。

我国尚未见到人格与习得性无助相关的报告,但有研究表明内向、高神经质、高精神质人格特征与神经症、网络成瘾者、吸毒、犯罪等的相关显著,如曹文胜等人研究强迫障碍与人格障碍共病患者的人格特征^[8],为神经质维度高分,外向性为低分(即强迫障碍患者通常较内向),这与国外研究相一致^[9]。国内外现有研究发现,在成年人、大学生、中学生中,网络成瘾者具有的人格特征是神经质、精神质得分均高,这也与习得性无助人格特征相同^[10-11]。国外研究发现精神质维度分高者,很容易在人际互动中与他人发生摩擦,也较易唤起较多负性情绪,这导致不易应付压力,相对也就容易产生习得性无助^[12]。

相反,外向、情绪稳定、谨慎、对外经验开放是社会期望的人格特点容易有和谐的人际关系,比较容易适应环境,乐观^[13-14]。有这类人格特点的人习得性无助的得分也较低。

因此,内向、神经质高分、精神质高分者是习得性无助乃至心理疾病的高发人群,在临床心理咨询或对学习困难学生的教育过程中,对这类性格特点的来访者或学生要给予多关注与关爱,对他们遇到的困难或无助行为,要用心理学的专业知识与技术针对性的进行心理干预和教育,而不是一味的用理性道理说教。

本研究结果显示:性别变量在习得性无助量表上没有差异。

3.4 本研究存在的问题与不足

本研究样本多是来自省内几所大学学生,代表性有一定欠缺;再是本次研究没有进行效标效度的测定。要想更为广泛适用,在今后的研究中仍应扩大样本范围和数量,建立大样本常模。一个好的量表的产生需要在实践中不断反复使用和修改,这是今后要进一步进行研究的。

(致谢:暨南大学医学院临床系学生许鸿娟、唐嘉慧、徐婉妍三位同学参与了本研究,对她们表示感谢!)

参考文献:

[1] 张萍,葛明贵.论学业习得性无助感向自我效能感

的转换[J].内蒙古师范大学学报:哲学社会科学版,2006,35(4):102-108.

- [2] 姜永杰,郑航.学习困难学生习得性无助及其干预[J].青岛大学师范学院学报,2006,23(6):118-121.
- [3] Merci HL, Hunziker CV. Learned helplessness: Effects of response requirement and interval between treatment and testing [J]. Behav Proc, 2007,76(2):183-191.
- [4] Rector NA, Hood K, Richter MA, et al. Obsessive-compulsive disorder and the five-factor model of personality: distinction and overlap with major depressive disorder [J]. Behav Res Ther, 2002,40(10):1205-1219.
- [5] 曹新美,郭德俊.习得性无助理论模型的演变与争议[J].心理学探新,2005,25(2):30-34.
- [6] 龚耀先.艾森克个性问卷在我国的修订[J].心理科学,1984,4:11-19.
- [7] Anderson JC, Gerbin DW. Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach [J]. Psychol Bull, 1988,103(3):411-423.
- [8] 曹文胜,于宏华,焦志安,等.强迫障碍与人格障碍共病患者的人格五因素特征[J].中国心理卫生杂志,2007,21(17):484-488.
- [9] Samuels J, Nestadt G, Bienvenu QJ, et al. Personality disorders and normal personality dimensions in obsessive-compulsive disorder [J]. Br J Psychiatry, 2000,177(8):457-462.
- [10] Tsai CC. Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents [J]. Comput Hum Behav, 2002,48(7):411-426.
- [11] Lavin M, Marvin K, McLarney A, et al. Sensation seeking and collegiate vulnerability to internet dependence [J]. Cyberpsychol [J]. Behav, 1999,2(5):425-430.
- [12] Mynard H, Joseph S. Victim problems and their association with Eysenck's personality dimensions in 8 to 13 year olds [J]. Br J Educ Psychol, 1997,67(8):51-54.
- [13] Watson D, Suls J, Haig J. Global self-esteem in relation to Structural models of personality and affectivity [J]. Pers Soc Psychol, 2002,83(1):185-197.
- [14] Robins RW, Tracy JL, Trzesniewski K, et al. Personality Correlates of Self-Esteem [J]. Res Pers, 2001,35(9):463-482.

(编辑 刘清海)