

具体情绪及非依随反馈方式对自我妨碍的影响^{*}

李晓东 韩雪强 陈朝珍 吕绍爱 李 响

(深圳大学 师范学院, 深圳 518060)

摘 要:该研究采用实验法考察了具体情绪以及非依随反馈方式对自我妨碍的影响。被试为104名大学生。结果表明:1)愉快组被试做出的决策型自我妨碍行为较少;恐惧组被试做出的回避型自我妨碍较多。2)两种非依随反馈方式对自我妨碍的影响没有显著差异。3)无论是决策型自我妨碍还是回避型自我妨碍,男生均高于女生。

关键词:情绪;非依随反馈;自我妨碍

中图分类号:B848

文献标识码:A

文章编号:1003—5184(2011)02—0166—06

1 引言

自我妨碍是指“在表现情境中,个体为了回避或降低因不佳表现所带来的负面影响而采取的任何能够增大将失败原因外化机会的行动和选择”^[1]。自我妨碍有很多形式,如在成就情境即将到来之前的拖延行为、喝醉酒、睡眠不足,过多地参加各种活动或考试前不复习等,也包括个体在投入活动之前所报告的焦虑、心情不佳以及创伤性生活事件等^[2],前一类被称为行动式自我妨碍,后一类被称为自陈式自我妨碍。自我妨碍是一种自我保护策略,对个体来说它具有两种保护功能。一是保护能力感。个体为可能的失败预设了能力之外的原因,使人们更可能将失败归因于努力不够而不是能力不足;如果侥幸取得成功,往往会令人刮目相看,个体的能力会获得高度评价。研究表明,旁观者会将自我妨碍者的成功归因于能力而不是努力;将自我妨碍者的失败归因于努力不够而不是能力不足^[3]。二是保护了良好的情绪状态。在成就情境中,成功会带来喜悦、自豪等积极的情感体验,失败则会带来悲伤、羞耻等消极的情感体验,自我妨碍因此也可以看作是个体为了避免体验负面情绪而采取的一种情感调控策略。研究表明,自我妨碍者确实会体验到更积极的情绪^[4,5]。

关于自我妨碍与情绪的关系,以往研究基本上是把情绪作为自我妨碍的结果来考察的,很少有研究把情绪作为影响自我妨碍的前提因素加以考察。近年来,情绪在社会认知领域中的作用日益引起重

视。研究发现,愉快的被试和不愉快的被试在社会判断以及人际行为的很多方面都表现出差异^[6,7]。正性情绪会引发对成功与失败的保护性归因^[8]。快乐的人更厌恶风险、更愿意采取行动对抗可能的损失^[9]。正性情绪也可能对自我妨碍有影响。虽然正性情绪可以作为一种资源来应对令人反感的负面反馈;但是,如果反馈缺少信息和不可靠时,愉快的情绪就会产生相反的反应,即令个体采取保护正性情绪的行动与选择。因此,在表现情境中,快乐的人在非依随反馈的条件下(即不可靠)比不快乐的人有更多的自我妨碍行为,以维持其愉快的心境。Alter和Forgas的研究^[10]证实了上述假设。他们在研究中首先告诉被试要参加一项言语能力测验,然后随机分配给被试简单任务或困难任务,任务结束后,所有被试都被告知他们的成绩在接受测试者中位于前4%。对完成简单任务的被试来说,这是依随反馈;而对完成困难任务的被试来说则是非依随反馈。再将被试分成三组,分别看10分钟不同的短片以引发相应的情绪,愉快组观看的是喜剧,中性情绪组观看的是关于澳大利亚的自然风光记录片,悲伤组观看的是关于癌症死亡片。自我妨碍行为有两种测量:一是选择饮用利于或不利于表现的茶;二是投入或不投入能够提高表现的认知练习。结果发现,同中性情绪组和悲伤组相比,愉快组有更多的人选择自我妨碍;不论情绪体验怎样,非依随反馈都能增加自我妨碍。

Alter和Forgas在探讨情绪对自我妨碍的影响

^{*} 基金项目:全国教育科学“十一五”规划重点课题(DBA060094)。

时,只一般性地考虑了正性情绪和负性情绪,比较笼统。Lerner 和 Keltner^[11]指出传统上关于情绪对判断和选择的影响的研究都是基于效价取向的(valence-based approach),即对比正性和负性情绪对选择和判断的影响。但是对于具有相同效价的不同具体情绪如悲伤、恐惧、愤怒是否具有相同的影响,却鲜有研究。她们认为从评价倾向(appraisal tendency)的角度看,恐惧和愤怒虽然都是负性情绪,但在确定性和控制感两个维度上都是不同的,恐惧是根据情境控制和不确定来定义的,而愤怒是根据个人控制和确定来定义的。她们研究了特质性情绪与风险偏好的关系,结果发现,恐惧让人对风险产生悲观的估计并做出厌恶风险的选择;而愤怒的人对风险做出乐观的估计并做出风险寻求的选择。她们还发现愤怒的人做出的选择与快乐的人更加一致^[12]。Carver 和 Harmon-Jones^[13]也认为不同的负性情绪其动机功能不同,愤怒和欲望与趋近的动机系统有关,而恐惧或焦虑则和厌恶以及回避的动机系统有关。

基于上述思想,文章拟考察愤怒和恐惧情绪对自我妨碍的影响,并假设由于愤怒会令人产生对结果的确定感和控制感,因而会倾向于对结果的乐观估计,从而较少地做出自我妨碍行为。恐惧会令人产生对结果的不确定感和无能为力之感,因此会倾向于对结果的悲观估计,并较多地做出自我妨碍行为。

以往研究,都证实非依随反馈会增加自我妨碍行为,但是这些研究均采用的是非依随正反馈(即告诉被试在某一群体中表现卓越),而没有考察非依随负反馈(即告诉被试在某一群体中表现极差)对自我妨碍的影响。Thompson 和 Richardson^[14]认为非依随负反馈对自我妨碍的影响受任务的重要性和对个体而言评价的威胁程度制约,只有在重要的任务和高威胁情境下,非依随负反馈才能促进被试做出自我妨碍的行为,而非依随正反馈则不受这些因素的影响。因此,文章也将考察两种非依随反馈是否对自我妨碍有不同的影响。

2 研究方法

2.1 被试

南方某大学选修大学生心理健康课的学生 112 人,最后有效被试 104 人。其中男生 37 人,女生 67 人,年龄在 17~22 岁之间,自愿参加实验,实验结束后赠送小礼品。

2.2 实验设计

采用 2(反馈方式:非依随正反馈/非依随负反馈)×4(情绪:恐惧,愤怒,愉快和控制组)的被试间实验设计,随机将被试分为 8 组,每组接受不同的实验处理。

2.3 实验程序和材料

首先,对被试进行自编的“综合定向能力”测验。该测验由 10 个单项选择题组成(改编自国家公务员考试行政职业能力测验的类比推理题),要求被试从 ABCD 四个选项中选择与所呈现的词组间关系在逻辑上最为相似的答案。例如:呈现的是“枕头:卧具”,备选项为:A 蔬菜:水果、B 地球:宇宙、C 铅笔:文具、D 汽车:火车。每个题目的呈现时间为 2 分钟。10 题中有 3 题为简单题,被试很容易选出答案,另外 7 题则为困难题,正确答案不止一个或没有正确答案。指导语为:“综合定向能力是智力的重要组成部分,它可以在一定程度上预测人们的学业成就和工作表现,今天给大家施测的就是综合定向能力测验的中文版,这个测验在国内的多所大学进行了施测,具有良好的信效度。首先进行第一项综合定向能力测验,电脑会自动给出大家的成绩和排名”。测验完成后,随机给予被试非依随反馈。非依随正反馈为:“恭喜你!你答对了 10 题中的 8 个,和全国 1000 名大学生的测验成绩相比,你的成绩位列前 10%”。非依随负反馈为:“很遗憾,你只答对了 10 题中的 3 题,和全国 1000 名大学生的测验成绩相比,你的成绩位列后 20%”。测验在计算机上完成。

然后,对实验组被试进行情绪诱发。在预实验中,选择了恐惧、愤怒、愉快各三个电影片断,请心理学研究生对每个影片的情绪唤醒进行评分,最终选择《东京审判》、《厉鬼将映》和《上帝也疯狂续集》三个电影片断作为愤怒、恐惧和愉快情绪的诱发材料。每段电影时长 10 分钟。实验组分别观看不同的影片。控制组不看任何影片,直接进入自我妨碍的测量程序。

在观看完情绪诱发的电影后,对被试进行自我妨碍的测量。主试告诉被试说要考察音乐对第二项综合定向能力测验成绩的影响。音乐分为两类,用红星标识的音乐是噪音,可能会对能力测验产生消极影响;用绿星标识的音乐能够舒缓紧张、令人放松,可能会对能力测验产生积极作用。请被试自由

选择想听的音乐。当被试做出选择后,为其提供 6 道练习题(选自国家公务员行政职业能力测验中的图形推理题)。告诉被试做这些练习题有助于提高随后综合定向能力测验的成绩,他们可以自由选择是否练习及练习的数量。被试选择红星音乐以及练习量的多少作为自我妨碍的指标。练习时间最多为 20 分钟。

最后,所有被试填写由 Watson,Clark 和 Tellegen 编制、邱林^[15]修订的情绪自评量表(PANAS),5 点评分,1 表示没有或非常轻微,5 表示非常强烈。在样本中,消极情感量表的内部一致性系数为 0.79;积极情感的内部一致性系数为 0.93。告知被试由于时间关系,第二个综合能力测验改日进行,感谢他们的参与。

实验采取团体和个体实验结合的方式,每次参

表 1 被试在愉快、愤怒和恐惧情绪体验上的平均分和标准差

	控制组		愉快组		愤怒组		恐惧组	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
愉快	3.57	1.37	6.72	1.60	2.19	0.80	2.04	0.20
愤怒	2.07	0.38	2.04	0.20	6.04	2.29	2.72	1.17
恐惧	2.21	0.57	2.32	0.56	2.65	1.06	6.24	2.20

以情绪诱发条件为自变量,情绪体验为因变量,进行 4×3 的多元方差分析(MANOVA)。结果表明,在不同的情绪诱发条件下,被试报告的情绪体验均有显著差异。愉快: $F_{(3,100)}=91.99, p<0.001$;愤怒: $F_{(3,100)}=56.18, p<0.001$;恐惧: $F_{(3,100)}=58.93, p<0.001$;事后比较(LSD)发现,观看愉快电影的被试体验到的愉快情绪显著高于其他三组, $M_{愉快}-M_{控制}=3.15, p<0.001$; $M_{愉快}-M_{愤怒}=4.53, p<0.001$; $M_{愉快}-M_{恐惧}=4.68, p<0.001$ 。观看愤怒电影的被试体验到的愤怒情绪显著高于其他三组, $M_{愤怒}-M_{控制}=3.97, p<0.001$; $M_{愤怒}-M_{愉快}=4.00, p<0.001$; $M_{愤怒}-M_{恐惧}=3.32, p<0.001$ 。观看恐惧电影的被试体验到的恐惧情绪也显著高于其他三组, $M_{恐惧}-M_{控制}=4.03, p<0.001$; $M_{恐惧}-M_{愉快}=3.92, p<0.001$; $M_{恐惧}-M_{愤怒}=3.59, p<0.001$ 。可见,实验中愉快、愤怒和恐惧情绪的诱发均是有效的。

3.2 具体情绪及非依随反馈方式对自我妨碍的影响

研究中行动式自我妨碍分为两种:一是只有决策而与努力无关的音乐选择,以下称为决策型自我妨碍;一是与努力有关的练习活动,称为回避型自我妨碍。下面将分别进行分析。

加实验的被试人数控制在 10 人以下。电影片段在实验室的大屏幕上统一播放,其他实验程序都在计算机上呈现,被试单独完成。实验程序用 E-prime 2.0 软件编写。数据用 PASW Statistic 17 统计软件包管理。

3 结果与分析

3.1 具体情绪诱发效果

为考察电影片段的情绪诱发效果,对被试在情绪自评量表(PANAS)上的得分进行了分析。PANAS 量表中用来描述情绪的形容词既包括情绪体验类如“害怕的”,也包括情绪唤起类如“紧张的”,结合实验目的,从中挑选能够描述愉快、愤怒和恐惧情绪的形容词项目各两个,各组被试在这三类情绪词上的平均分和标准差见表 1。

3.2.1 具体情绪及非依随反馈方式对决策型自我妨碍的影响

不同情绪组别中的被试选择两种音乐的人数见图 1。从图 1 可以看出,愉快组被试选择促进音乐的人数远多于选择阻碍音乐的人数,愤怒组被试选择两种音乐的人数持平,控制组和恐惧组被试选择促进音乐的人数多于选择阻碍音乐的人数。为进一步考察具体情绪对决策型自我妨碍的预测作用进行了回归分析。因为因变量为二分变量,预测变量情绪、非依随反馈以及控制变量性别均为分类变量,所

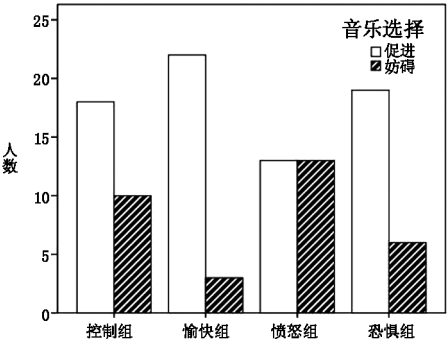


图 1 各情绪组别中被试选择两种音乐的人数

以应采用 logistic 回归。在变量编码时,1 代表阻碍类音乐,0 代表促进类音乐;1 代表非依随正反馈,0 代表非依随负反馈;1 代表男生,0 代表女生。情绪转化为虚拟变量,4 种条件,设 3 个虚拟变量。创设情绪与非依随反馈的交互作用项并引入回归方程,结果发现各交互作用项均不显著,去掉交互作用项重作回归分析,结果见表 2。

从表 2 可以看出,性别对音乐选择有显著的预

表 2 情绪及非依随反馈方式对决策型自我妨碍影响的 logistic 回归分析

预测变量	B	S. E.	Wald	df	p	Exp(B)
反馈方式	−0.18	0.50	0.13	1	0.724	0.84
性别	2.14	0.53	16.51	1	0.000	8.49
愉快对其他组别	−1.73	0.82	4.52	1	0.034	0.18
愤怒对其他组别	0.60	0.63	0.90	1	0.342	1.82
恐惧对其他组别	−0.90	0.70	1.67	1	0.196	0.41

3.2.2 具体情绪及非依随反馈方式对回避型自我妨碍的影响

被试练习题目数量的平均分和标准差见表 3。对被试进行 2(性别)×2 非依随(反馈方式)×4(情绪)的方差分析(ANOVA)。结果表明,性别对回避型自我妨碍的主效应显著, $F_{(1,88)}=7.04, p<0.01$,男生比女生练习的题目数少。情

表 3 各组被试练习题目数量的平均数和标准差

	非依随正反馈组								非依随负反馈组							
	控制组		愉快组		愤怒组		恐惧组		控制组		愉快组		愤怒组		恐惧组	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
M	4.40	5.89	4.50	4.82	3.40	4.67	2.00	3.78	3.00	5.40	5.83	4.83	4.00	4.83	1.75	3.67
SD	1.67	0.33	2.12	2.14	2.61	1.94	2.28	2.17	0.81	1.35	0.41	2.40	1.58	2.40	2.06	2.58

4 讨论

在 Alter 和 Forgas 的研究基础上,文章进一步考察了具体情绪以及不同的非依随反馈方式对两类行动式自我妨碍的影响。结果发现,愉快组被试比控制组和两个负性情绪组被试都更少地选择阻碍类音乐,也就是较少做出决策型自我妨碍。这一结果与 Alter 和 Forgas 的研究不同。在他们的研究中,愉快组比控制组和悲伤组被试有更多的自我妨碍行为。在愉快情绪下,Alter 和 Forgas 的研究中选择决策型自我妨碍的人数高达 61%,而实验中只有 12%的被试做出同样的选择。Alter 和 Forgas 认为在愉快的情绪体验下,自我妨碍行为起到了一种情绪维持策略的作用,他们为了保持自己的愉快情绪,不想承担努力却失败的结果。但是实验并不支持这种假说。Trope 等人^[16]认为正性情绪有时可以作为—种资源,让快乐的人可以应对令人不快的信息。实验结果支持 Trope 的资源说。实验中被试得到的反馈都是非依随性的,极大地降低了被试对自己的表现结果的确定感,愉快情绪可能帮助被试消化了反馈带来的迷惑或威胁,从而减少了自我妨碍行为。另外,愉快情绪也可以让人更自信和乐

测作用($B=2.14, p<0.001$),说明同女生相比,男生更倾向于选择阻碍类音乐,做出自我妨碍的行为。愉快情绪对音乐选择也有显著的预测作用($B=-1.73, p<0.05$),说明同其它情绪组相比,快乐的被试不太可能选择阻碍类音乐,即较少做出自我妨碍行为。非依随反馈方式、愤怒和恐惧对决策型自我妨碍均无显著的预测作用。

绪的主效应显著, $F_{(3,88)}=5.86, p<0.01$ 。事后比较(LSD)发现恐惧组与其它组别均有显著差异, $M_{恐惧}-M_{控制}=-2.04, p<0.001, M_{恐惧}-M_{愉快}=-2.04, p<0.001; M_{恐惧}-M_{愤怒}=-1.19, p<0.05$,愉快、愤怒和控制组之间无显著差异。这说明同其它情绪相比,恐惧引起了更多的回避型自我妨碍。反馈方式主效应不显著,各自变量之间无交互作用。

观^[17],因此尽管得到的是非依随反馈,他们还是愿意冒险尝试以增加未来成功的可能性。两项研究结果的不一致,另一种可能的原因是由文化背景不同造成的。对中国学生来说,从小受到的教育就是要通过不断努力来提高学习成绩,对他们来说,努力不是“全或无”的概念,即要么努力,要么放弃,而是一个连续的量,有多少的差异。因此当他们面临这种二择一的选择时,很少人选择完全不努力。从研究中被试对回避型自我妨碍的选择看,也可以支持这种假设。选择完全不练习的被试很少,他们更多的差异反映在练习的多少上。未来可考虑进行跨文化的比较研究。

实验结果表明恐惧引起了更多的回避型自我妨碍,支持了研究假设。恐惧情绪降低了人们对结果的控制感和确定性,因此更可能采取保护自我价值感的策略——自我妨碍,而不是冒着失败风险去投入练习活动。这一结果进一步支持了 Lerner 和 Keltner^[11]认为具有相同效价的负性情绪对社会认知具有不同影响的观点。这也说明,在研究情绪对认知及其它行为的影响时,不能简单地区分为正性情绪和负情情绪,应该进一步探索具体情绪是否有不同的作用。

很多研究都证实同依随反馈相比,非依随反馈会增加被试的自我妨碍倾向,但给予被试的非依随反馈均是正性的,即倾向于向被试传递成功的信息。研究中加入了非依随负反馈,即向被试传递失败的信息,增加被试的焦虑感和威胁感,以考察这种反馈形式是否会增加自我妨碍倾向。结果发现,两种非依随反馈方式的作用并没有差别。研究也没有发现情绪与反馈方式之间存在交互作用,这与 Alter 和 Forgas 的结果是一致的,说明情绪与反馈对自我妨碍的影响是相互独立的。

研究发现自我妨碍存在显著的性别差异,无论是决策型自我妨碍还是回避型自我妨碍,男生均高于女生。与 Hirt 等人^[18]、Sheppard 和 Akin^[19]等的研究结果一致。男女在行动式自我妨碍上的性别差异有两种解释,一种是男女两性在行动式自我妨碍上的归因获益是不同的。人们习惯于把男性的失败归因于缺乏努力等不稳定因素,把女性的失败归因于缺乏能力等稳定因素,女性深知这种归因偏见,了解做出自我妨碍行为并不能将人们的注意力从能力上转移,因此会放弃这种无效行为。第二种解释是男女两性对行动式自我妨碍的收益和代价的看法不同。男性可能比女性对通过自我妨碍获得的归因收益看得更重要,因此认为做出自我妨碍行为是值得的^[20]。我国学者研究发现对中国学生来说,男女对能力和努力的价值信念没有差异,对观众价值信念的知觉也没有性别差异^[21];另一项从旁观者角度看自我妨碍策略效用的研究则显示,行动式自我妨碍确实可以使个体在归因方面获益,起到操纵他人对自己能力形象知觉的效用;成功时获得能力归因,减少努力归因;失败时增加努力归因,减少能力归因^[3],结合上述两项研究结果,倾向于支持第一种解释。未来的研究可以对这一假设进行更直接的检验。

5 结论

具体情绪对两类自我妨碍的影响是不同的,愉快情绪体验下,个体较少做决策型自我妨碍;恐惧情绪体验下,个体做出较多的回避型自我妨碍。自我妨碍存在性别差异,在压力情境下,男生更倾向于做出自我妨碍行为。两种非依随反馈方式对自我妨碍的影响没有差别。

参考文献

- Berglas S, Jones E E. Drug choice as a self-handicapping strategy in response to non-contingent success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1978, 36: 405—417.
- 李晓东, 袁冬华, 孟威佳. 国外关于自我妨碍的研究进展. *东北师大学报*, 2004, 4: 131—136.
- 袁冬华, 李晓东. 从旁观者视角看自我妨碍策略的效用. *心理科学*, 2008, 31(3): 625—628.
- McCrea S M, Hirt E R. The role of ability judgments in self-handicapping. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2001, 27: 1378—1389.
- Zuckerman M, Tsai F. Costs of self-handicapping. *Journal of Personality*, 2005, 73: 411—442.
- Forgas J P. Mood and judgment: The affect infusion model (AIM). *Psychological Bulletin*, 1995, 117: 39—66.
- Forgas J P. Feeling and doing: affective influences on interpersonal behavior. *Psychological Inquiry*, 2002, 13: 1—28.
- Forgas J P, Bower G H, Moylan S J. Praise or blame? Mood effects on attribution for success or failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 59: 809—819.
- Nygren T E, Isen A M, Taylor P J, et al. The influence of positive affect on the decision rule in risk situations: focus on outcome rather than probability. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 1996, 66: 59—72.
- Alter A L, Forgas J P. On being happy but fearing failure: The effects of mood on self-handicapping strategies. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2007, 43: 947—954.
- Lerner J S, Keltner D. Beyond valence: Toward a model of emotion-specific influences on judgment and choice. *Cognition and Emotion*, 2000, 14: 473—493.
- Lerner J S, Keltner D. Fear, anger, and risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2001, 81: 146—159.
- Carver C S, Harmon-Jones E. Anger is an approach-related affect: evidence and implications. *Psychological Bulletin*, 2009, 135: 183—204.
- Thompson T, Richardson A. Self-handicapping status, claimed self-handicapping and reduced practice effort following success and failure feedback. *British Journal of Educational Psychology*, 2001, 71: 151—170.
- 邱林. 人格特质影响情感幸福感的机制. 博士学位论文. 广州: 华南师范大学, 2006.
- Trope Y, Neter E. Reconciling competing motives in self-evaluation: the role of self-control in feedback seeking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1994, 66: 646—657.
- Johnson E, Tversky A. Affect, generalization and the perception of risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1983, 45: 20—31.
- Hirt E R, Deppe R K, Gordon L J. Self-reported versus behavioral self-handicapping: Empirical evidence for a theoretical distinction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 61: 981—991.
- Sheppard J A, Arkin R M. Behavioral other-enhancement: Strategically obscuring the link between performance and evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 60: 79—88.
- McCrea S M, Hirt E R, Hendrix K L, et al. The worker scale: Developing a measure to explain gender differences in behavioral self-handicapping. *Journal of Research in Personality*, 2008, 42: 949—970.

21 李晓东,庞爱莲,林崇德. 中小学生对老师和同伴价值信息的知觉及其对归因的影响. 心理学探新,2003,23(4): 34—38.

The Effects of Specific Emotions and Non—Contingent Feedback on Self—Handicapping

Li Xiaodong Han Xueqiang Chen Zhaozhen Lv Shaoai Li Xiang
(Normal College,Shenzhen University,Shenzhen 518060)

Abstract: The present study explored the effects of specific emotions and two kinds of non—contingent feedback on self—handicapping. 104 college students participated this experiment. The following results were obtained:(1) Happy subjects did less decision self—handicapping;while fear subjects did more avoidance self—handicapping. (2) The two kinds of non—contingent feedback had no different effects on self—handicapping. (3) Male students performed more than female students on both decision and avoidance self—handicapping.

Key words: emotion; non—contingent feedback; self—handicapping