

初中生自卑补偿量表的编制

杨迪¹, 张倩², 邱柏杨^{2*}

¹重庆师范大学应用心理学重点实验室, 重庆

²重庆市青年职业技术学院, 重庆

收稿日期: 2022年1月15日; 录用日期: 2022年2月15日; 发布日期: 2022年2月22日

摘要

越来越多中学生在面对学习时出现不同程度的心理障碍: 如喜怒无常、学习吃力、考试焦虑、难以应付挫败等, 这些都是导致学生自卑的因素。本研究通过文献检索、专家评定、访谈、开放性量表形成初中生自卑补偿初始量表, 前后不同时期对1187名中学生进行施测, 其中第一阶段探索性因素分析有效量表461份, 第二阶段验证性因素分析量表有效量表643份。结果表明, 初中生自卑补偿量表包含2个分量表: 自我补偿和他人补偿, 且两个分量表均由学业、体能、社交、外貌、自尊5个维度构成; 验证性因素分析显示总量表和两个分量表都具有良好的结构效度, 且两个分量表的组合信度、各维度相关系数等值都在理想范围内。量表的信效度良好, 符合心理测量学要求, 可用于初中生自卑补偿的相关研究和实践。

关键词

初中生, 自卑补偿, 量表编制, 信效度

Development of the Middle School Students' Inferiority Complex Compensation Questionnaire

Di Yang¹, Qian Zhang², Baiyang Qiu^{2*}

¹Key Laboratory of Applied Psychology, Chongqing Normal University, Chongqing

²Chongqing Youth Vocational & Technical College, Chongqing

Received: Jan. 15th, 2022; accepted: Feb. 15th, 2022; published: Feb. 22nd, 2022

*通讯作者。

文章引用: 杨迪, 张倩, 邱柏杨(2022). 初中生自卑补偿量表的编制. *心理学进展*, 12(2), 446-458.
DOI: 10.12677/ap.2022.122051

Abstract

More and more middle school students have different degrees of psychological obstacles in the face of learning, such as moodiness, learning difficulties, examination anxiety, having difficulty coping with frustration, etc., which are factors leading to students' inferiority. In this study, the initial questionnaire of inferiority compensation for junior high school students was formed through literature search, expert evaluation, interview and open questionnaire. 1187 middle school students were tested in different periods before and after, including 461 valid questionnaires of exploratory factor analysis in the first stage and 643 valid questionnaires of confirmatory factor analysis in the second stage. The results showed that the junior high school students' inferiority compensation questionnaire consisted of two sub-questionnaires: self-compensation and others' compensation, and the two sub-questionnaires were composed of academic, physical, social, appearance, self-esteem. Confirmatory factor analysis showed that both the total questionnaire and the two sub-questionnaires had good structural validity, and the combination reliability of the two sub-questionnaires and the correlation coefficients of each factor were within the ideal range. The reliability and validity of the questionnaire are good and meet the requirements of psychometrics. It can be used in the research and practice of inferiority compensation of junior high school students.

Keywords

Middle School Students, Inferiority Compensation, Questionnaire Preparation, Reliability and Validity

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

2021年7月29日至31日,“中国心理卫生协会青少年心理卫生专业委员会第十六届学术大会”在青岛大学顺利召开。会议以“新时代青少年心理健康:提升心理素养,培养积极心态”为主题,对象为青少年,希望大家关注并共同解决青少年的心理健康教育工作。2019年一次偶然机会访谈重庆市某中学初二年级成绩差、家庭背景不好的几名同学的时候,令人惊奇的是,当被问到:你自卑吗?他们都很避讳这个话题,这是什么原因呢?

阿德勒在《自卑与超越》中这样描述,生活中的我们每个人都有不同程度的自卑,由于自卑会让我们变得紧张、抑郁和焦虑,所以我们会在行动中努力获得优越感来补偿自己的自卑,改变其情境。换句话说,每个人总会认为自身所处的情境时时刻刻需要改进,每一位初中生也都可能无时无刻地在补偿自己的自卑,改善当下情景,超越着自我。

补偿一词原本是一个生理学概念,最初指身体有缺陷的个体使身体有缺陷的器官比完全正常的器官表现得更好的现象(楚啸原等,2020),后来逐渐发展为个体在追求某一目标时遇到挫折,或由于身体某一缺陷而产生自卑,并试图用自己的优势来弥补的现象(车文博,2001)。阿德勒最早将补偿一词从生理学扩展到心理学领域,他相信每个人都会弥补由于实际或想象中的不足而造成的自卑,从而克服不足和自卑,成为一个比别人优越的人(吴宗宪,2006)。补偿的方法则是通过努力和在某些方面取得成绩来弥补自己的

缺陷,发挥个体主观能动性,利用和改造客观环境,以适应自身在社会中存在的问题。从补偿行为实施者的角度,阿德勒认为补偿行为的实施者只有自我而没有他人,即只有自我补偿。支持阿德勒这一观点的国内学者(王磊,孟维杰,2013)也认为自卑是个体独有,与他人无关,他人更无法代替。从这个角而言,这些学者认为补偿只能由具有自卑的个体来完成,也就是说只有自我补偿而没有他人补偿。

但是由于东西方文化背景下的自我概念不同,东方集体主义的自我包括对他人的感知,而西方个人主义不包括其他任何人,他们提倡个人价值,习惯将自身与外界区分。所以有学者提出了不同意见,他们指出阿德勒认为的个体的不安全感、达不到目标的无力感、失望等都可以被视为自卑,并且在现实生活中这些自卑无论是来自生理、心理或社会障碍,都可以得到补偿,那么补偿行为不一定非得由自卑的自我来完成,补偿行为也可以由他人或群体,甚至整个国家或民族来完成(汪凤炎,郑红,2007)。翟贤亮等人和谭颖达等人(翟贤亮等,2012;谭颖达,孟维杰,2014)从补偿行为实施者的角度,提出了他人补偿,并进一步说明了他人补偿是一种不同于自我补偿的客观补偿方式。既然阿德勒认为个体是以社会人身份形式获得的优越,因此不可否定还有其它形式的身份去获得优越,这里可以看作是通过他人身份获得的代替性补偿。

根据翟贤亮等人和谭颖达等人的观点,集体主义文化下的个体在社会中进行比较时,不仅比较个体自身,还比较个体所在环境的社会群体——即比较“我们”,比较自身所处的环境,群体中的“我”可能会因集体中他人的优越而优越,因此,自卑个体可以通过集体优越感来获得自卑补偿。替代性经验的观点认为,就算自己很一般,但个体也可以从关系他人(*relational others*)的成功和荣耀中获得替代性补偿(郑顺艺,2011)。尽管有学者发现,当个体与优秀者进行比较时,往往会感受到自卑的增加;与失败者进行比较时,则会感受到自卑的减弱;如果比较的对象和自身相似但又超越不过,这种效应就会尤其显著(Morse & Gergen, 1970; Aspinwall & Taylor, 1993)。但 Gardner 的研究表明,如果一个人把比较的对象纳入自己的系统,则别人成功的威胁就会大大降低(Gardner et al., 2002)。Neumann 等人的一项研究指出,与德国受试者相比,中国被试者在面对他人成功时会感到更为自豪(Neumann et al., 2009),这表明集体主义文化背景下的个体与个人主义文化背景下的个体相比,可能更具有他人补偿的可能性。

根据自我扩展模型,如果一个人自发地扩展自己,把别人的自我纳入自己的自我体系,那么这个人的自卑就可以得到补偿,因此从社会文化的角度来看,集体主义文化中的个体可以通过集体成就感获得一定的补偿。比如,加入共青团和党组织的人会具有感到极其光荣的情感经历。一项研究表明,尖子班学生除了智力普遍比普通班的学生高以外,他们还可能拥有更高的自信心,而这对维护他们心理健康成长也有积极的促进作用(郑剑虹,陈建玲,2007)。因此,自卑个体不把别人的荣誉当作威胁,反而主动积极看待他人的成功,从他人身上感受到力量从而激励自己向前,这也可解释为阿德勒理论中所谓的自卑补偿。

优越感是个体对理想自我的向往,是达到理想自我后超越他人的情感体验。当一个人达到了一个更高的目标后,就会有一种优越感,这正好缓解了人的自卑。例如,如果在比赛中获奖,就会有一定的优越感;通过自己的努力,得到了老师表扬,也会产生一定程度的优越;被学校评为三好学生,也能得到某种程度的优越。然而,就国内文化而言,优越感一般指个体表现出轻蔑或自我中心的品质或状况,这是自我意识的一种形式,它通常指认为自己在生理、心理和其他方面优于他人的精神状态。有优越感的人往往伴随一些不恰当的心理状态,如傲慢、固执、自恋等等。每个问题儿童、每个精神病患者、罪犯或性反常者都在采取他们认为完全合适的行动来达到优越地位。由于阿德勒对优越感的解释通常为轻视或自负的性质或状态,本研究对于国内文化而言对自卑的补偿更多强调的是一种积极词汇,因此对于自卑补偿进行以下定义,自卑补偿指的是:某些行为方式使得个体某方面的能力得到提升,并且能够克服自卑找回自信等一系列的现象。

阿德勒在其补偿理论的发展过程中,坚持认为自卑不是畸形的象征,而是个体在追求卓越的过程中表现出的一种正常现象,它对个体发展产生的是积极还是消极作用取决于对个体的补偿态度(李艺敏,孔克勤,2009)。如果一个个体试图弥补他自身器官和能力的缺陷,他就会通过直接和实际的手段去改善他身边的环境,改变他内在信念的强度,从而把此时的自卑转化为取得进步的内在动力,那么这种补偿是有效的,自卑就起了积极的作用。如果一个人单纯地追求着优越感却不试图改变身边环境,那么补偿就会指向生活无用的一面,使自己陶醉或麻木于幻想之中,以自我麻痹的方式获得自信的情感体验,在这种情况下,内心的自卑并不会消失。因此,阿德勒认为这种补偿只会成为他们心理生长的一株毒瘤,最终形成自卑情结(阿德勒,2003),而自卑情结会使人远离社会,灰心丧气,缺乏自信,并且有自卑情结的人不相信自己在生活中会取得进步(David & Trandafira, 2012)。

通过梳理阿德勒自卑补偿理论的核心要点,可以得出在自卑与优越感的关系中,补偿起着重要的作用。中学生的心理问题普遍存在,如果他们在面对不利因素的时候能够积极弥补,就会收获自信,就会具有更高的自我评价能力,其自卑就会得到一定的改善;但如果学生不积极弥补自身不足,而选择逃避,日积月累,就可能形成自卑情结,从而导致心理异常。因此,对初中生来说,自卑补偿是摆脱自卑、获得自信、形成健康心理的重要途径之一。

然而基于文化背景差异,自卑补偿量表尚未有学者对其进行系统编制,仅有相关的一篇文章也限于对听障大学生自我补偿单方面的编制(张香玉,阳泽,2017)。中学生的心理问题普遍存在,那么他们是如何看待自己的自卑?为何避讳自卑这个话题?又是如何增强自己的社会适应能力和提升自信?希望本文通过调查研究初中生对自己自卑的补偿方式来回答上述问题。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

预测样本:采用目的抽样法,从重庆市某3所中学中选取若干名中学生作为研究被试。量表一共发放500份,对没答全和乱作答的量表剔除后,共收集预测性量表461份。调查时间为2020年1月至2020年3月,量表回收率为92.2%。

重测样本:研究被试选取重庆市、涪陵区、开州区、巫溪县某四所中学初中生学生,现场填写量表,调查时间为2020年10月,量表一共发计687份,对没答全和乱作答的量表剔除后,共收集验证性量表643份,回收率为93.59%。

2.2. 量表的编制

2.2.1. 项目来源

① 文献检索。检索国内外相关文献,遴选、分析、整理文献中能够反映初中生自卑补偿的短语和句子,本研究主要参考的量表有张香玉编制的大学听障大学生自我补偿量表(张香玉,阳泽,2017)。

② 访谈与开放式量表。最初通过访谈8名初中生关于克服自卑可以通过哪些方法以及他人的荣誉是如何对于克服自卑产生影响,并结合心理学专业学生讨论最终设定了4个开放式题目,选取重庆市某所中学,量表发放156份,有效采集105份,回收率67.3%(由于部分学生对自卑一词敏感,所以部分学生没有填写量表)。调查时间2019年11月,对量表内容回答不清及无关内容和难以分类内容剔除后,结合相关文献对获得内容整理,再与相关领域心理学教授讨论,并参考姜永杰和王馥芸博士论文量表编制的方法(姜永杰,2020;王馥芸,2018),最终把自卑补偿分为两个分量表:自我补偿分量表和他人补偿分量表;分量表的维度通过访谈的开放式量表结果以及参考Fleming和Courtney(Fleming & Courtney, 1984)修订的自卑感量表的五个维度而得到。其详细结果如表1。

Table 1. List of open-ended scale results**表 1.** 开放式量表结果列表

分量表	频次	操作性定义	维度	相关解释
自我补偿	76	个体主动采取克服短板、发挥长处以提升自己某方面能力的某些行为现象	学业	主动弥补学业上的不足
	25		体能	主动弥补体能上的不足
	53		社交	主动弥补社交上的不足
	14		外貌	主动弥补外貌上的不足
	43		自尊	主动弥补自尊上的不足
他人补偿	45	个体感受到所在团队、集体和关系他人的成功或者荣誉间接性给个体带来的一系列自信提升现象	学业	“他人”荣耀提升了个体学业上的自信
	20		体能	“他人”荣耀提升了个体体能上的自信
	39		社交	“他人”荣耀提升了个体社交上的自信
	9		外貌	“他人”荣耀提升了个体外貌上的自信
	17		自尊	“他人”荣耀提升了个体自尊上的自信

2.2.2. 预测量表的编制和预测

对学生自卑补偿量表编制，本研究首先进行了开放式量表调查。结果表明，初中生以学习和社交为主要任务，主要生活环境在学校和家庭。因此编制的问题大多也都和学习生活息息相关。自卑补偿量表一共包含 2 个分量表：自我补偿分量表 35 题和他人补偿分量表 30 题，两个分量表的维度均为学业、体能、社交、外貌、自尊。

2.3. 效标工具

听障大学生自我补偿量表

采用张香玉编订的听障大学生自我补偿量表(张香玉, 阳泽, 2017), 该量表共 13 题, 量表的 Cronbach α 系内部一致性系数为 0.833, 折半信度为 0.734。在本研究中量表的 Cronbach α 系数为 0.809, 一个月后重测信度为 0.793。

2.4. 统计工具

使用 Epita3.1 软件进行数据的输入和输出。SPSS22.0 对第一阶段收集的数据进行探索性因素分析。Amos23.0 对第二阶段收集的数据进行验证性因素分析。

3. 结果

3.1. 项目分析

计算临界值(27%前后)。采用独立样本 t 检验, 最后删除差异不显著题项。根据统计分析结果, 自我补偿分量表预测量表最后包含 33 个题项; 他人补偿分量表预测量表最后包含 28 个题项。

总分与题项相关: 为考察所保留自我补偿分量表的 33 个题项和他人补偿分量表的 28 个题项各自得分与总分之间的相关程度, 本研究采用 Pearson 检验分析量表各单项得分与总分的相关性, 并按相关系数 0.4 删除各项目。结果显示, 自我补偿预测量表最后留下 31 个题项; 他人补偿预测量表最后留下 27 个题项。

3.2. 效度

3.2.1. 结构效度

探索性因素分析：KMO 值的大小是验证能否进行维度分析的一个前提标准之一(侯杰泰，温忠麟，成子娟，2006)，统计学中，如果 KMO 大于 0.9，说明样本很适合进行维度分析；如果介于 0.8 和 0.9 之间，则表示它是合适的；如果介于 0.7 和 0.8 之间，则表示可以接受；如果介于 0.6 和 0.7 之间，则表示它几乎不适合；如果小于 0.6，则不建议编制维度分析。经检验，本研究自我补偿和他人补偿两个分量表的 KMO 分别为 0.92、0.91， p 均小于 0.001，符合测量学标准，适合做因素分析。

采用主成分维度提取分析法，promax 斜交方法旋转，结合特征值大于 1 的碎石图，最终两个分量表均抽取五个因素，与自卑补偿理论构想相符合，其中自我补偿分量表删除题项共 10 个，保留 21 题，解释总方差为 58.97%；他人分量表删除 6 个题项，保留 20 题，解释总方差为 57.85%。

验证性因素分析：为确保初中生自卑补偿总量表的结构符合测量标准，采用验证性对探索性因素分析进行结构拟合。根据拟合度检验探索性因素分析结果的正确性和理论模型的可靠性。采用 Amos23.0 对 643 份量表进行验证性因素分析。根据模型拟合指数，对两个分量表和自卑补偿总量表结构模型进行验证。一阶维度下的模型表示自尊、社交、学业、体能、外貌这 5 个对象和项目(测验题目)之间的拟合优度相关指标，这里用 $m1$ 和 $n1$ 表示自我补偿和他人补偿分量表的模型。二阶维度下的模型分别表示自我补偿和他人补偿与 5 个维度之间、项目之间的拟合程度参数，这里用 $m2$ 和 $n2$ 表示自我补偿和他人补偿的模型。除此之外，通过对总量表所有问项模型拟合，其 RMSEA 大于 0.1，但是通过对每个维度求平均值后重新进行拟合(吴艳，温忠麟，2011)，其 RMSEA 为 0.8 达到理想范围，因此，这里展现的是每个维度的平均值。这里分别用 $m1$ 、 $m2$ 、 $m3$ 、 $m4$ 、 $m5$ ； $n1$ 、 $n2$ 、 $n3$ 、 $n4$ 、 $n5$ 分别代表的是自我补偿和他人补偿分量表下的学业、体能、社交、外貌、自尊这 5 个维度的均值，下同。根据表 2 可知，总表和两个分量表的结构效度良好。

Table 2. Indicators of validation factor model fit

表 2. 验证性因素模型拟合度各项指标

	χ^2	df	χ^2/df	CFI	IFI	RMSEA
$m1$ (自我补偿一阶模型)	623.96	179	3.48	0.90	0.90	0.06
$m2$ (自我补偿二阶模型)	637.43	184	3.46	0.90	0.90	0.06
$n1$ (他人补偿一阶模型)	526.28	160	3.28	0.92	0.92	0.05
$n2$ (他人补偿二阶模型)	569.67	165	3.45	0.91	0.91	0.06
总量表	168.37	34	5.48	0.93	0.93	0.08

3.2.2. 效度组合信度与收敛效度分析

组合信度在量表为组合量表或者具有多个子维度时，可以检验该量表的可靠程度(Sijtsma, 2009)，本研究中初中生自卑补偿量表共有两个组合量表，可以检验其组合信度。组合信度通过公式计算得到，其自我补偿和他人补偿分表的组合信度分别在 0.67~0.80 和 0.70~0.80 之间，大于 0.6 的标准说明各维度内部问项的一致在本研究中性良好；题目信度的结果均在可接受的指标范围之内，说明各问项对维度的解释程度较为良好。

收敛效度指测量同一特征的题项会聚合在一起或呈高的相关性，收敛效度通过公式计算得到，其自我补偿和他人补偿分量表的各维度的收敛效度结果大于 0.4，说明维度构面解释力良好。

3.3. 区分效度分析

区分效度表示不同问项测量不同建构时, 测量结果之间可以加以区分。在区分效度检验时, 根据采用 Fornell 与 Larker 所提出的平均变异抽取法, 利用 AVE 与维度的相关系数平方作比较(Fornell & Larker, 1981)。结果表明, 数据在标准值内, 结构良好, 具体数据见表 3 和表 4。

Table 3. Discriminant validity of the self-compensation subscale

表 3. 自我补偿分量表的区分效度

DIM	<i>m1</i>	<i>m2</i>	<i>m3</i>	<i>m4</i>	<i>m5</i>
<i>m1</i>	0.45				
<i>m2</i>	0.35	0.50			
<i>m3</i>	0.36	0.38	0.42		
<i>m4</i>	0.31	0.30	0.33	0.41	
<i>m5</i>	0.32	0.28	0.37	0.27	0.42
AVE 平方根	0.67	0.70	0.64	0.64	0.64

注: *m1*、*m2*、*m3*、*m4*、*m5* 分别代表自我补偿分量表下的学业、体能、社交、外貌、自尊维度。

Table 4. Discriminant validity of the other's compensation subscale

表 4. 他人补偿分量表的区分效度

DIM	<i>n1</i>	<i>n2</i>	<i>n3</i>	<i>n4</i>	<i>n5</i>
<i>n1</i>	0.50				
<i>n2</i>	0.42	0.54			
<i>n3</i>	0.40	0.57	0.42		
<i>n4</i>	0.35	0.32	0.37	0.44	
<i>n5</i>	0.32	0.33	0.42	0.31	0.47
AVE 平方根	0.70	0.73	0.65	0.66	0.68

注: *n1*、*n2*、*n3*、*n4*、*n5* 分别代表他人补偿分量表下的学业、体能、社交、外貌、自尊维度。

为进一步检验《初中生自卑补偿量表》的可靠性与有效性, 本研究对量表信度和效度做了进一步检验。

信度分析: 信度代表测量结果的稳定性程度, 当信度大于 0.8 时则表示优, 信度处于 0.7 到 0.8 之间则表示良好; 信度处于 0.6 到 0.7 之间则表示需要修订。本研究采用克朗巴赫系数来衡量量表的信度。结果显示数值均在标准值上, 基本处于可接受范围, 具有良好的信度, 详见表 5、表 6。

Table 5. Reliability analysis of the self-compensation subscale

表 5. 自我补偿分量表的信度分析

维度	学业	体能	社交	外貌	自尊	总分
Cronbach α	0.80	0.74	0.76	0.68	0.77	0.90
分半信度	0.73	0.70	0.71	0.67	0.72	0.83

Table 6. Reliability analysis of the other's compensation subscale
表 6. 他人补偿分量表的信度分析

维度	学业	体能	社交	外貌	自尊	总分
Cronbach α	0.79	0.77	0.81	0.66	0.77	0.90
分半信度	0.76	0.72	0.74	0.66	0.76	0.83

效度检验：构念效度可以表示测验能检测某一理论构念的程度。在本研究中，皮尔逊积差相关被用来测试正式量表总分与各维度得分之间的相关性并作为考察量表的构念效度。根据表 7、表 8 和表 9 可知，两个分量表总分与各维度得分的相关系数在 0.68~0.84 和 0.69~0.83 之间，各维度得分的相关系数在 0.42~0.56 和 0.41~0.62 之间，说明维度与量表高度相关，而两维度呈中度低相关，两维度间既相互独立又相互关联。综合各分量表后，两分量表的相关系数为 0.74，分量表与总量表的相关系数为 0.92~0.94。因此，两个分量表和最终的总量表都具有良好的构念效度。

Table 7. Pearson's correlation analysis of the dimensions of self-compensation with the total score of the subscales
表 7. 自我补偿各维度与分量表总分的 Pearson 相关分析

维度	总分	学业	体能	社交	外貌	自尊
总分	1					
学业	0.77	1				
体能	0.73	0.51	1			
社交	0.84	0.53	0.55	1		
外貌	0.68	0.47	0.45	0.51	1	
自尊	0.74	0.48	0.42	0.56	0.43	1

Table 8. Pearson correlation analysis of the dimensions of other people's compensation with the total score of the subscales
表 8. 他人补偿各维度与分量表总分的 Pearson 相关分析

维度	总分	学业	体能	社交	外貌	自尊
总分	1					
学业	0.74	1				
体能	0.76	0.51	1			
社交	0.83	0.47	0.62	1		
外貌	0.69	0.49	0.41	0.46	1	
自尊	0.70	0.44	0.41	0.51	0.44	1

Table 9. Pearson correlation analysis of the summary table
表 9. 总量表的 Pearson 相关分析

变量	总表	自我补偿	他人补偿
总表	1		
自我补偿	0.94	1	
他人补偿	0.92	0.74	1

4. 讨论

研究结论为,初中生自卑补偿包含2个分量表10个维度:自我补偿和他人补偿分量表,两分量表维度均为:学业、体能、社交、外貌、自尊。

此外,研究结果显示初中生自卑补偿量表信度与效度良好。首先,为明确初中生自卑补偿的具体构成要素,本研究展开了开放式量表调查,同时梳理和分析已有相关研究,整合前人文献中对阿德勒自卑与超越的探讨建构了自卑补偿的理论结构,同时,在与相关研究领域的专家、教授和心理学研究生多次讨论后,通过剔除模糊问题,对初始量表题项进行了反复斟酌筛选,因此,该量表具有较好的内容效度。其次,通过项目分析和相关方法对问题的适用性进行调查,剔除不合适的问题进入下一步的分析。再次,通过探索性因素分析得到最终题项,包含自我补偿和他人补偿两个分表。

然后,在验证性因素分析研究部分,从对各项拟合指标的考察结果, χ^2/df 、RMSEA、CFI、IFI都在标准值范围内,说明该量表具有良好的模型拟合性。同时,组合信度值大于0.6,表明题项的信度的结果均在可接受的指标范围内,并说明两个分量表的题项对维度的解释程度良好。收敛效度检验结果都大于0.4,说明两个维度构面也具有较好的解释力。最后,检验了分表和总表的总分与维度得分的相关,数值均在标准值范围内,进一步证明总量表的结构效度良好。

最后,克隆巴赫系数检验表明分表和总表的信度均良好。

综上所述,《初中生自卑补偿量表》的理论结构合理、信效度良好,可以作为较为可靠的测量工具,用于初中生自卑补偿的后续研究。

5. 教育建议

初中生自卑心理是一种普遍现象,但是针对一手抓“成绩”的普遍社会现象,对学生的心理健康成长重视程度却小同大异。有资料显示,大约1/5的中学生存在不同程度的心理障碍:如反复喜怒无常、不够自信、学习吃力、考试焦虑、注意力不够集中、成绩波动大、难以应付挫败等,这些都是导致学生自卑的因素之一。有研究表明,初中生的自卑感与高中生的自卑感差异并不显著(黄曼娜,1999;李艺敏,2008;杨军,2013)。特别是初中生在学校很难避免学习成绩、家庭背景等方面的比较,如果他们发现别人拥有他们想要的自己却没有,那么他们很容易产生混合的复杂情感体验,如自卑、敌意和怨恨(夏冰丽,2009)。但是Miceli和Castelfranchi又指出,一个人能够取得成功的一部分原因也正是和他人进行比较才发现了自身不足,从而可以努力改变自己(Miceli & Castelfranchi, 2007)。所以,比如成绩排名,学生难免不与身边的同学进行比较,他们会如何看待此事;如果比较已经发生,又该如何应对。这就很有必要去关注学生的心理过程,引导他们合理地比较周围的一切事物,并且正确地看待其结果。

根据本研究结果,大致给予以下几点教育建议:

1) 关注学生的自卑心理,提高学生自卑补偿意识,提高学生对于面对挫折或挫败时的情绪调节能力。教师需尽其所能地引导学生控制当下的不良情绪,积极乐观和微笑面对生活,使得学生在中学阶段能够拥有一个良好的自我调控能力,并能够用一个积极乐观的态度面对和正视挫折或失败。如,发自内心地体谅学生当下所经历痛苦,表达对学生的理解和同情,这种共情的体验和陪伴往往也能给学生巨大的安慰和力量,引导学生控制好情绪的表达是让学生振作起来克服自卑的关键一步。

2) 加强对于自卑的积极一面作用的宣传。在学生眼里,自卑一般都是偏向消极色彩的词,自卑会让人感到没面子,见不得人,这也解释了开头提到的学生对于自卑这一话题很避讳的现象。但阿德勒说过,生活中的我们或多或少都有不同程度的自卑,不管是男生还是女生,来自城市还是农村等等。因此,正视自卑,努力超越自己,需要教师在学习生活中对于学生自卑偏见心理的修正。如果学生有了自卑能够

经常积极地暗示自己,发自内心地与自卑为伴,当学生拥有合理信念后,遇到类似挫折也能够从容面对和解决问题。

3) 重视学生身边的环境对学生自卑心理补偿的重要程度。他人补偿的作用和自我补偿的作用同样重要,不管是来自身边同学、亲朋好友或是他人的成功,都需要加强教师对学生嫉妒心理的引导,并转换成学生自我提升前进的动力,如果把他人的成功当作是一个优秀的榜样力量而不视作威胁,那么这对激励一个学生面对他人并且不如他人时提升自信将有事半功倍的作用。如果没有加以正确引导学生面对他人成功时的心理调控能力,就很有可能导致学生产生严重的嫉妒心理,日积月累,从而导致更加严重的自卑心理。当然,在学习生活中,也同样需要引导学生不要过分炫耀自己的成功以免引起其他同学的嫉妒心理。

总的来讲,补偿理论的现实意义在于:首先,老师应积极引导学生树立正确而恰当的补偿目标,在此基础上对学生开展挫折教育和生活教育,培养学生的补偿意识,教会学生用合适的方法正视自身的不足;其次,对学生来讲,应正确看待自身不足以及他人身上的优势,以此为基础,树立正确的人生价值观赶超现在的自己;最后,社会也应该给予学生更多关心、鼓励、支持和帮助,使他们在社会中能够得到补偿,从而提高对自身的自信。

参考文献

- 阿德勒(2003). *让生命超越平凡*(p. 37). 西苑出版社.
- 车文博(2001). *当代西方心理学新词典*(p. 24). 吉林人民出版社.
- 楚啸原, 龙杰, 雷雳(2020). 社交焦虑与网络游戏过度使用: 自我补偿动机的中介作用和外倾性的调节作用. *心理科学*, 43(4), 943-949.
- 翟贤亮, 徐莉, 孟维杰(2012). 自卑的他人补偿探究——阿德勒自卑补偿理论的补充与完善. *心理研究*, 5(2), 20-26.
- 侯杰泰, 温忠麟, 成子娟(2006). *结构方程模型及其应用*. 教育科学出版社.
- 黄曼娜(1999). 中学生自卑感的特点及其克服. *心理发展与教育*, (4), 40-44.
- 姜永杰(2020). *青少年感恩量表编制及其干预研究*. 博士学位论文, 南京: 南京师范大学.
- 李艺敏(2008). *我为什么不如他*. 博士学位论文, 上海: 华东师范大学.
- 李艺敏, 孔克勤(2009). 西方自卑研究述评. *心理研究*, 2(4), 3-11.
- 谭颖达, 孟维杰(2014). 对自卑的他人补偿的修正. *心理研究*, 7(5), 3-6.
- 汪凤炎, 郑红(2007). 论中西方自我的差异. *西南大学学报(人文社会科学版)*, (1), 11-16.
- 王馥芸(2018). *中国成年人自省人格的结构与测量*. 博士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 王磊, 孟维杰(2013). 自卑补偿的自我观——与翟贤亮等同志商榷. *心理研究*, (5), 3-7.
- 吴艳, 温忠麟(2011). 题目打包的适用条件和做法. 见 杨玉芳, 苗丹民(主编), *增强心理学服务社会的意识和功能——中国心理学会成立90周年纪念大会暨第十四届全国心理学学术会议论文摘要集*(pp. 522-533). 中国心理学会.
- 吴宗宪(2006). *西方犯罪学*(pp. 246-248). 法律出版社.
- 夏冰丽(2009). 内隐嫉妒与内隐自尊的关系. 见 张文新(主编), *第十二届全国心理学学术大会论文摘要集*(p. 273). 中国心理学会.
- 杨军(2013). *中学生自卑及其与社会比较、成就动机的关系研究*. 硕士学位论文, 重庆: 重庆师范大学.
- 张香玉, 阳泽(2017). 听障大学生自我补偿的调查研究. *现代特殊教育*, (24), 34-44.
- 郑剑虹, 陈建玲(2007). 高一普通班与尖子班学生心理健康调查研究. *中国健康心理学杂志*, 15(2), 124-125.
- 郑顺艺(2011). 自尊研究综述. *现代生物医学进展*, 11(4), 784-787.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1993). Effects of Social Comparison Direction, Threat, and Self-Esteem on Affect, Self-Evaluation, and Expected Success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 708-722.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.5.708>

- David, R., & Trandafira, M. (2012). "I Want to Fly"—Initiating a Program of Psychological Counseling in Order to Mitigate the Inferiority Complex of Teenagers in Disadvantaged Families. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 33, 533-537. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.01.178>
- Fleming, J. S., & Courtney, B. E. (1984). The Dimensionality of Self-Esteem: II. Hierarchical Facet Model for Revised Measurement Scales. *Journal of Personality & Social Psychology*, 46, 404-421. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.2.404>
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Structural Equation Models with Unobservable Variables and Measurement Error: Algebra and Statistics. *Journal of Marketing Research*, 18, 382-388. <https://doi.org/10.1177/002224378101800313>
- Gardner, W. L., Gabriel, S., & Hochschild, L. (2002). When You and I Are "We", You Are Not Threatening: The Role of Self-Expansion in Social Comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 239-251. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.2.239>
- Miceli, M., & Castelfranchi, C. (2007). The Envious Mind. *Cognition & Emotion*, 21, 449-479. <https://doi.org/10.1080/02699930600814735>
- Morse, S., & Gergen, K. J. (1970). Social Comparison, Self-Consistency, and the Concept of Self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 148-156. <https://doi.org/10.1037/h0029862>
- Neumann, R., Steinhäuser, N., & Roeder, U. R. (2009). How Self-Construal Shapes Emotion: Cultural Differences in the Feeling of Pride. *Social Cognition*, 27, 327-337. <https://doi.org/10.1521/soco.2009.27.2.327>
- Sijtsma, K. (2009). On the Use, the Misuse, and the Very Limited Usefulness of Cronbach's Alpha. *Psychometrika*, 74, Article No. 107. <https://doi.org/10.1007/s11336-008-9101-0>

附录：初中生自卑补偿量表(正式量表)

	题项	完全 不符合	基本 不符合	不确定	基本 符合	完全 符合
1	因为某一学科很差，所以我会通过发挥其它优势学科以弥补	1	2	3	4	5
2	因为较弱的阅读能力，所以我会通过阅读课外书籍来弥补	1	2	3	4	5
3	因为某一学科不够好，所以我会去努力钻研这门弱势学科	1	2	3	4	5
4	因为自身胆小的问题，所以我会课堂上积极发言	1	2	3	4	5
5	我不愿意承认自己成绩差，所以我会亲在亲朋好友面前吹嘘自己	1	2	3	4	5
6	因为较弱的体育成绩，所以我通过参加运动会来弥补提升	1	2	3	4	5
7	因为身体协调性差，所以我会常常练习瑜伽来弥补	1	2	3	4	5
8	因为文化课差，所以我会努力锻炼体育技能以弥补这方面的不足	1	2	3	4	5
9	因为语言表达能力较弱，所以我会常常主动与他人交流	1	2	3	4	5
10	因为社交能力较弱，所以我会常常主动与他人结交朋友	1	2	3	4	5
11	因为自己才艺较差，所以我常积极参加各种社团活动	1	2	3	4	5
12	我会异性面前夸赞自己，以被瞧得起	1	2	3	4	5
13	我不愿意让父母知道我没朋友，所以我会极力掩饰	1	2	3	4	5
14	因为皮肤黝黑，所以我会常穿一些浅色的衣服来掩饰	1	2	3	4	5
15	我不愿意承认自己很胖，所以我平时会谎报自己的体重	1	2	3	4	5
16	因为体型不够好看，所以我会常穿一些竖条衣服来掩饰	1	2	3	4	5
17	我会通过阅读励志书籍，以此来激励自己	1	2	3	4	5
18	为了让自己变得懂事，我会主动帮父母承担家务	1	2	3	4	5
19	为了使自己变得富有爱心，我常主动帮助他人	1	2	3	4	5
20	为了使自己有气质，我会通过读很多书籍来提升自己	1	2	3	4	5
21	我不愿意承认自己无能，所以我经常吹嘘自己	1	2	3	4	5
22	学校的发展让我对自己未来的学习充满了信心	1	2	3	4	5
23	某位亲戚的小孩通过努力考上了重点学校，这间接增加了我对未来升学的信心	1	2	3	4	5
24	我经常忽视老师对我朋友学习成果上的赞扬	1	2	3	4	5
25	某位学科老师参加比赛获得了荣誉奖项，这让我对这门学科的学习更加有了信心	1	2	3	4	5
26	一个很胖的朋友减肥变得很帅(漂亮)，这使我相信自己也可以减肥成功	1	2	3	4	5
27	体能较差的朋友参加运动会获得了荣誉奖项，这使我相信自己体能也不差	1	2	3	4	5
28	我经常忽视体育老师对我朋友在某一优异体育项目上的表扬	1	2	3	4	5
29	胆小的朋友主动向老师请教学习得到了表扬，这有增加我向老师请教学习的胆量	1	2	3	4	5
30	父母与邻居的关系总能处的很好，这使我对自己的为人处世能力也很有信心	1	2	3	4	5

Continued

31	好朋友在班上拥有良好人缘弥补了我没有朋友的失望感	1	2	3	4	5
32	同桌与隔壁班同学关系很好,这使我相信我隔壁班也能交到朋友	1	2	3	4	5
33	我经常忽视老师表扬我同桌人脉广的赞美的话	1	2	3	4	5
34	父母在家长会上与其他家长很聊得来,这让我相信我也可以与他们小孩打成一片	1	2	3	4	5
35	我经常忽视相貌平平的同学因为自身努力而得到了老师表扬的事	1	2	3	4	5
36	相貌平平的亲戚找到了对象,这间接让我相信自己长得也不差	1	2	3	4	5
37	身体残疾的老师通过自身努力站上了讲台,这使我相信外貌并不代表一切	1	2	3	4	5
38	国家繁荣昌盛,使我对社会的发展前景充满了信心	1	2	3	4	5
39	父母的工作变得越来越好,这使我在同学面前变得更加的自信	1	2	3	4	5
40	班级的发展壮大让我相信自己不是无能的	1	2	3	4	5
41	我经常忽视我的朋友通过努力而取得的成功	1	2	3	4	5

注: 1~21 为自我补偿分量表; 22~41 为他人补偿分量表。其中 1~5、6~8、9~13、14~16、17~21; 22~25、26~28、29~34、35~37、38~41 分别均为学业、体能、社交、外貌、自尊五个维度(5、13、21、24、28、33、35、41 为反向计分题)。