

# 大学生任务失败后的酸葡萄效应

康佳<sup>1</sup>, 都旭<sup>2</sup>, 杨博茜<sup>1</sup>, 冯萌萌<sup>1</sup>, 白学军<sup>1,3\*</sup>

<sup>1</sup>天津师范大学心理学部, 天津

<sup>2</sup>遵义师范学院, 贵州 遵义

<sup>3</sup>教育部人文社会科学重点研究基地天津师范大学心理与行为研究院, 天津

收稿日期: 2022年12月1日; 录用日期: 2023年1月5日; 发布日期: 2023年1月13日

## 摘要

酸葡萄效应是指个体失败后贬低目标的现象。为考察个体经历失败后的酸葡萄效应, 本研究以54名大学生为被试, 采用部件组字任务探究个体失败前、后对目标态度的转变。结果发现, 任务失败后, 个体对心理协会的评价、成功进入心理协会的幸福预期以及加入心理协会的动机强度得分均低于任务前。表明大学生经历失败后, 在认知、情绪和行为倾向上均会产生酸葡萄效应。

## 关键词

酸葡萄效应, 任务失败, 大学生

# The Sour Grapes Effect on Undergraduates after Mission Failure

Jia Kang<sup>1</sup>, Xu Du<sup>2</sup>, Boxi Yang<sup>1</sup>, Mengmeng Feng<sup>1</sup>, Xuejun Bai<sup>1,3\*</sup>

<sup>1</sup>Faculty of Psychology, Tianjin Normal University, Tianjin

<sup>2</sup>Zunyi Normal University, Zunyi Guizhou

<sup>3</sup>Key Research Base of Humanities and Social Sciences of the Ministry of Education, Academy of Psychology and Behavior, Tianjin

Received: Dec. 1<sup>st</sup>, 2022; accepted: Jan. 5<sup>th</sup>, 2023; published: Jan. 13<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

The sour grapes effect refers to the phenomenon of individuals devaluing goals after failure. In order to examine the sour grapes effect after individuals experienced academic setbacks, this study used 54 undergraduates as subjects to explore the change in attitude towards the target before

\*通讯作者。

and after failure using an anagram task. The results showed that after failure of the task, the scores of individuals' evaluations of the psychological association, their expectation of happiness in successfully entering the psychological association, and their motivational intensity for joining the psychological association were lower than those before the task. The result reveals that after undergraduates experience failure, there will be sour grapes effect on cognitive, affect and behavior tendency.

## Keywords

Sour Grapes Effect, Mission Failure, Undergraduates

Copyright © 2023 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

《伊索寓言》中有一个关于狐狸和葡萄的故事：一只饥饿的狐狸看见葡萄架上挂着一串串成熟的黑葡萄，它使出浑身解数想要摘到葡萄，但是徒劳无功。最后它转过身去，安慰自己说：这葡萄是酸的，没有我想象的那么熟，不吃也罢(伊索, 2018)。这种吃不到葡萄说葡萄酸的现象被称为酸葡萄效应。Aronson (1999)认为个体通常对自己有一个合理且积极的自我概念，即认为自己是有力量的。当自我概念的积极性受到威胁时，个体会产生认知失调。此时，个体可以通过改变对目标的积极态度以缓解心理压力，减轻失调的强度，即出现酸葡萄效应。

酸葡萄效应是个体面对挫折时采取的应对方式，涉及到其失败后对目标态度的转变。态度 ABC 模型 (Baron et al., 1988)提出，态度由情绪、行为倾向和认知 3 个维度构成。其中，情绪是指个人的主观感觉，行为倾向是指个人的行为动作或意向，认知是指个人具备的知识与信念。基于此，酸葡萄效应也可表现在认知、情绪和行为倾向三个方面。

在认知方面，酸葡萄效应表现为个体会降低对无法获得的目标的评价。例如，Cook 和 Attaria (2012)发现当原本免费的网站资源变成付费使用时，人们对该网站的评价会出现下降。Vinckier 等(2019)通过自由选择任务，要求被试在两个价值相同的物品中进行二选一，结果发现，当个体做出选择后，会从主观上提高对所选物品的吸引力评价，同时降低另一物品的吸引力。Wilson 等(2004)以大学生为被试，要求其参加一个虚拟的约会游戏，并在约会前和约会失败后分别对约会对象进行评价。结果发现，相比于约会前，被试在约会失败后会对本次约会及约会对象进行负性评价。Smyth 等(2020)在恋爱关系结束后，要求个体对恋爱时的关系质量以及情侣契合度进行回溯评价。结果发现，与恋爱时相比，情侣分手后的评价得分会明显下降，即出现回顾性偏差。在政治选举领域中，当民众支持的候选者落选后时，个体会降低对该候选人的评价(Beasley & Joslyn, 2001)。

在情绪方面，酸葡萄效应表现为个体会降低目标的情绪价值。Miloyan 和 Suddendorf (2015)认为任何行为或结果的价值量可以由其所带来的快乐或痛苦的总量来表示。Emmons (1986)开发了一项评估目标价值的量表，其中包括个体对目标获得的快乐预期。如果个体预测目标达成时，自己将产生强烈的快乐情绪，则表明该目标具有很高的情绪价值。Pyszczynski (1982)以失落感预期为指标，发现当抽中大奖的概率较低时，个体会从主观上降低奖品的吸引力，预期自己即使没中奖也不会感到失落。Sjåstad 等(2020)以美国和挪威的成年人为被试，要求其完成一项任务，任务结束后一半被试获得成功，一半被试获得失

败。结果发现,与成功组被试相比,失败组被试低估了下次任务成功所带来的幸福感,出现了酸葡萄效应。

在行为倾向方面,酸葡萄效应表现为个体失败后会降低继续行动的动机强度。个体的行为偏好会受到外在环境的限制,当外在环境中行动者可得选项的范围缩小后,个体往往会调整自己的行为以适应外在环境的变化。正如《伊索寓言》中的狐狸,当它意识到自己无法吃到葡萄时,便安慰自己根本不想吃葡萄,然后灰溜溜地离开。Deci 等(1999)发现当个体没有完成任务或输了比赛时,那么他将会从结果本身得到对自己能力否定的反馈,这种负性反馈会降低个体的内在动机水平。

虽然以往研究在一定程度上反映了个体面对挫折时的酸葡萄效应,但是只涉及了该效应在认知、情绪或行为倾向某一方面表现,并没有对其进行全面考察。方鸿志等(2013)认为学习挫折是大学生挫折感的主要来源,会严重影响大学生的身心健康。大学生如何科学地应对学习挫折是当代教育关注和解决的重要难题(闫淑楠,边和平,2016)。基于此,本研究以大学生为被试,通过要求他们完成部件组字任务,让其体验失败,探讨大学生经历失败后酸葡萄心理的特点。

## 2. 研究方法

### 2.1. 被试

使用 G\*power 3.1 软件计算所需样本量,设定显著性水平  $\alpha = 0.05$ , 统计检验力  $1 - \beta = 0.80$ , 效应量  $d = 0.50$ 。结果表明,配对样本  $t$  检验设计需要 34 名被试。本研究通过发放心理协会的纳新海报进行被试招募,最终招募了 54 名报名加入心理协会的大学生作为正式实验的被试,其中男生 24 名,女生 30 名,平均年龄为 20.24 岁( $SD = 1.28$ )。被试已排除心理学与文学专业的学生,且之前没有参加过类似的研究。

### 2.2. 材料

材料改编自都旭等(2021)的部件组字任务,共包含 10 道题目,其中 2 道题目为无解题,以确保被试无法成功完成任务。每道题含有 6 个汉字部件(例如“矢,日,口,心,日,立”),要求被试用所给出的部件组成两个新的汉字,且每个部件只能用一次,只有两个汉字全部组成,该题才算回答正确,否则,记为回答错误,每题限时 60 秒,被试须在规定时间内将答案写在答题纸的横线处,并按“N”(next)键进入下一题,若想放弃当前题目,则按“Q”(quit)键自动进入下一题,同时本题视为回答错误。

### 2.3. 实验程序

通过实验操纵使个体在任务中经历失败,以此创设挫折情境。实验程序采用 E-Prime2.0 软件进行编程。

第一步:通过指导语告知被试:“你正在参加心理协会的入会报名测试。该测试考察的是你的发散思维能力,测试共 10 道题目,大学生平均正答率为 80%,测验成绩达到 8 题以上将有资格进入本协会”。任务开始前,要求被试报告对心理协会的评价(采用 10 点量表,1“非常不满意”,10“非常满意”),成功进入协会的幸福预期(采用 10 点量表,1“一点也不幸福”,10“非常幸福”)、申请加入的动机强度(采用 10 点量表,1“一点也不强烈”,10“非常强烈”)。

第二步:所有被试按照要求完成部件组字任务,并给予其消极反馈,即“你的成绩不达标,无法进入本协会”。

第三步:任务结束后,要求被试报告此时的挫折感程度(采用 10 点量表,1“一点也不强烈”,10“非常强烈”),相信消极反馈的程度(采用 7 点量表,1“完全不相信”,7“完全相信”),并再次报告对心理协会的评价、下次成功进入该协会的幸福预期、再次申请加入的动机强度。

第四步, 实验结束后, 给予被试一定的报酬, 并进行解释及致谢。

## 2.4. 实验设计

采用单因素二水平被试内实验设计。自变量为被试进行报告的时间点, 分为任务前和任务失败后两个水平。因变量为个体对心理协会的评价、成功进入心理协会的幸福预期、申请加入心理协会的动机强度。

## 3. 结果

### 3.1. 情境操纵有效性检验

为了检验挫折情境的创设是否有效, 经单样本  $t$  检验发现, 所有被试均相信任务中的反馈( $4.91 \pm 1.07$ ,  $M \pm SD$ ), 显著高于机遇水平( $t = 6.24, p < 0.001$ ), 表明实验操纵有效。此外, 被试在得到消极反馈后的挫折感平均分为 6.63 ( $SD = 1.44$ ), 显著高于机遇水平( $t = 8.29, p < 0.001$ ), 表明消极反馈成功诱发了被试的挫折。

### 3.2. 个体在失败前后对目标的态度变化特点

研究选择个体对心理协会的评价、成功进入心理协会的幸福预期、申请加入心理协会的动机强度作为酸葡萄效应的测量指标。其中, 个体对心理协会的评价反映大学生在认知上的表现, 个体对成功进入心理协会的幸福预期反映大学生在情绪上的表现, 个体申请加入心理协会的动机强度反映大学生在行为倾向上的表现。若上述变量的前测报告得分大于后测报告得分, 则表明个体失败后产生了酸葡萄效应。各研究变量的描述性统计及差异检验的结果见表 1。

**Table 1.** Descriptive statistics and tests of variance for the variables

**表 1.** 研究变量的描述性统计及差异检验

变量	前测	后测	$t$	$d$
个体对心理协会的评价	$7.87 \pm 1.28$	$6.85 \pm 1.63$	4.53***	0.63
成功进入心理协会的幸福预期	$7.28 \pm 1.25$	$6.65 \pm 1.92$	2.31*	0.32
加入心理协会的动机强度	$6.33 \pm 1.60$	$5.52 \pm 1.94$	2.72**	0.36

注: \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$ 。

结果发现: 1) 个体对心理协会的评价, 前测成绩显著高于后测, 即被试经历失败后, 对心理协会的评价降低了。2) 个体对成功进入心理协会的幸福预期, 前测成绩显著高于后测, 即被试经历失败后, 降低了下次进入协会的积极情绪。3) 个体加入心理协会的动机强度, 前测成绩显著高于后测, 即经历失败后, 其行为倾向上降低了。换言之, 大学生在经历失败后, 他们在认知、情绪、行为倾向上均产生了酸葡萄效应。

## 4. 讨论

本研究考察了大学生在认知任务失败后的酸葡萄效应。结果发现个体经历失败后, 在认知、情绪和行为倾向上均出现了酸葡萄效应。在认知方面, 个体会降低对该目标的评价, 对于经历失败的大学生而言, 可以通过降低个体对心理协会的满意度评价进行目标贬低, 产生酸葡萄效应。在情绪方面, 情绪预期能够反映个体对目标的态度(DeWall et al., 2016)。大学生经历失败后, 预期下次成功并不会使自己产生强烈的积极情绪, 表明个体贬低了该目标的情绪价值, 出现了酸葡萄效应。在行为倾向方面, 个体经历

失败后,其行为选项的范围往往会发生变化,此时个体会转变自己的态度,不再追求被排除的选项(Khader, 2009; Bruckner, 2009)。具体表现为降低动机强度,不愿继续报名加入该协会。

Jussim 等(1995)认为个体倾向于建立并维持一个积极的自我形象,而失败的经历往往会使其积极自我观受到挑战,产生能力威胁(刘明妍等, 2017; 徐音奇等, 2021; vanDellen et al., 2011)。根据认知失调理论,当个体所持有的两种认知出现冲突时,会产生认知失调,处于一种不愉快的驱力状态。个体可以通过调整自己的态度,减少不协调的成分(Festinger & Carlsmith, 1959)。因此,大学生在经历失败后,可以通过贬低目标以维护积极的自我形象,缓解认知失调。

## 5. 结论

本研究条件下可得出如下结论:大学生经历学习挫折后会出现酸葡萄效应。

## 基金项目

天津市研究生科研创新项目(编号: 2021YJSS204)。

## 参考文献

- 都旭, 白学军, 刘颖, 郝嘉佳(2021). 成功经历能改善低耐挫大学生的挫折心理. *心理科学*, 44(5), 1216-1223.
- 方鸿志, 李红霞, 白玲(2013). 大学生挫折感影响因素的实证研究. *中国健康心理学杂志*, 21(5), 749-751.
- 刘明妍, 吴师, 王妍, 张馨心, 杨娟(2017). 自我威胁与防御: 自尊的调节作用. *心理技术与应用*, 5(1), 43-51.
- 徐音奇, 展艳茹, 门芯宇, 魏祥迁, 韩磊(2021). 自我形象受威胁对风险决策的影响. *中国临床心理学杂志*, 29(5), 923-925+961.
- 闫淑楠, 边和平(2016). 大学新生学习挫折分析及其引导策略. *江苏经贸职业技术学院学报*, (1), 60-64.
- 伊索(2018). *伊索寓言*(周作人, 译). 浙江文艺出版社.
- Aronson, E. (1999). Dissonance, Hypocrisy, and the Self-Concept. In E. Harmon-Jones, & J. Mills (Eds.), *Cognitive Dissonance: Progress on a Pivotal Theory in Social Psychology* (pp. 103-126). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10318-005>
- Baron, R. A., Byrnt, D., & Suls, J. (1988). *Exploring Social Psychology* (3th ed., pp. 79-82). Allyn and Bacon.
- Beasley, R. K., & Joslyn, M. R. (2001). Cognitive Dissonance and Post-Decision Attitude Change in Six Presidential Elections. *Political Psychology*, 22, 521-540. <https://doi.org/10.1111/0162-895X.00252>
- Bruckner, D.W. (2009). In Defense of Adaptive Preferences. *Philosophical Studies*, 142, 307-324. <https://doi.org/10.1007/s11098-007-9188-7>
- Cook, J. E., & Attari, S. Z. (2012). Paying for What Was Free: Lessons from the New York Times Paywall. *Cyberpsychology Behavior & Social Networking*, 15, 682-687. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0251>
- Deci, E., Koestner, R., & Ryan, R. (1999). A Meta-Analytic Review of Experiments Examining the Effects of Extrinsic Rewards on Intrinsic Motivation. *Psychological Bulletin*, 125, 627-688. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.6.627>
- DeWall, C. N., Baumeister, R. F., Chester, D. S., & Bushman, B. J. (2016). How Often Does Currently Felt Emotion Predict Social Behavior and Judgment? A Meta-Analytic Test of Two Theories. *Emotion Review*, 8, 136-143. <https://doi.org/10.1177/1754073915572690>
- Emmons, R. A. (1986). Personal Strivings: An Approach to Personality and Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.5.1058>
- Festinger, L., & Carlsmith, J. M. (1959). Cognitive Consequences of Forced Compliance. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58, 203-210. <https://doi.org/10.1037/h0041593>
- Jussim, L., Yen, H. J., & Aiello, J. R. (1995). Self-Consistency, Self-Enhancement, and Accuracy in Reactions to Feedback. *Journal of Experimental Social Psychology*, 31, 322-356. <https://doi.org/10.1006/jesp.1995.1015>
- Khader, S. J. (2009). Adaptive Preferences and Procedural Autonomy. *Journal of Human Development and Capabilities*, (10), 169-187. <https://doi.org/10.1080/19452820902940851>
- Miloyan, B., & Suddendorf, T. (2015). Feelings of the Future. *Trends in Cognitive Sciences*, 19, 196-200. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2015.01.008>

- 
- Pyszczynski, T. (1982). Cognitive Strategies for Coping with Uncertain Outcomes. *Journal of Research in Personality*, 16, 386-399. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(82\)90034-4](https://doi.org/10.1016/0092-6566(82)90034-4)
- Sjåstad, H., Baumeister, R., & Ent, M. (2020). Greener Grass or Sour Grapes? How People Value Future Goals after Initial Failure. *Journal of Experimental Social Psychology*, 88, Article ID: 103965. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2020.103965>
- Smyth, A. P. J., Peetz, J., & Capaldi, A. A. (2020). Ex-Appraisal Bias: Negative Illusions in Appraising Relationship Quality Retrospectively. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37, 1673-1680. <https://doi.org/10.1177/0265407520907150>
- vanDellen, M. R., Campbell, W. K., Hoyle, R. H., & Bradfield, E. K. (2011). Compensating, Resisting, and Breaking: A Meta-Analytic Examination of Reactions to Self-Esteem Threat. *Personality and Social Psychology Review*, 15, 51-74. <https://doi.org/10.1177/1088868310372950>
- Vinckier, F., Rigoux, L., Kurniawan, I. T., Hu, C., Bourgeois-Gironde, S., Daunizeau, J. et al. (2019). Sour Grapes and Sweet Victories: How Actions Shape Preferences. *PLoS Computational Biology*, 15, e1006499. <https://doi.org/10.1371/journal.pcbi.1006499>
- Wilson, T. D., Wheatley, T., Kurtz, J., Dunn, E., & Gilbert, D. T. (2004). When to Fire: Anticipatory versus Postevent Re-construal of Uncontrollable Events. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 340-351. <https://doi.org/10.1177/0146167203256974>