

# 基于生态系统理论的中外大学生同一性发展研究 ——以学制为切入点

刘云婷<sup>\*1</sup>, 范卓仪<sup>1</sup>, 杨格晴<sup>1</sup>, 彭华茂<sup>1</sup>

<sup>1</sup> 北京师范大学心理学部

**摘要** 大学阶段是专业和职业同一性重要的延缓期,个体在此阶段进行丰富的探索并做出对自我的承诺。自我同一性的形成既受到个人因素的影响,也基于特定的外部条件。不同文化对于每个阶段个体所要完成的任务要求不同,直接体现在学制上,包括专业选择时间、专业设置、入学时间的限定等等。研究者通过文献调研、访谈法来探究中、外大学学制对同一性发展的影响,采用编码方法分析调研结果,利用生态系统理论来构建社会文化-学制-微观层面对个体同一性的影响途径。调研结果表明,学制是一种是社会文化的产物,会通过同伴焦虑、制度自由度、整体环境影响同一性的整体发展趋势和探索意愿。

**关键词** 自我同一性 大学教育制度 中国留学生 生态系统理论

---

\*通讯地址:kkxxmmyytt1999@sina.com

# 目录

<b>1</b>	<b>引言</b>	<b>1</b>
1.1	社会环境-社会钟 . . . . .	1
1.2	教育制度与同一性发展 . . . . .	1
<b>2</b>	<b>研究方法</b>	<b>2</b>
2.1	文献分析法 . . . . .	2
2.2	访谈法 . . . . .	2
<b>3</b>	<b>研究假设</b>	<b>2</b>
3.1	社会钟与学制的关系 . . . . .	2
3.2	对不同组别的假设 . . . . .	3
3.2.1	过程导向（同一性的两个维度） . . . . .	3
3.2.2	发展阶段导向 . . . . .	3
3.2.3	焦虑/自信程度 . . . . .	3
<b>4</b>	<b>调研结果</b>	<b>4</b>
4.1	信息统计及分析 . . . . .	4
4.2	影响同一性的因素 . . . . .	4
4.2.1	微系统——个人维度 . . . . .	5
4.2.2	外部系统——同伴、大学维度 . . . . .	6
4.2.3	宏系统——学制、社会钟维度 . . . . .	7
4.3	学制对同一性发展的影响综述 . . . . .	8
4.3.1	同一性发展趋势 . . . . .	8
4.3.2	同一性发展动力 . . . . .	9
<b>5</b>	<b>结论</b>	<b>10</b>
<b>A</b>	<b>访谈问题</b>	<b>11</b>

## 1 引言

中国很多大学都要求学生上大学三年级及以上不得再申请转专业。这其实体现了社会对于大学生发展的一个不成文约定：到了大学三年级就该在一个方向上稳定下来了，学生不能再“任性”的不断调换和尝试了，否则会跟不上其他人的步子。严格的社会时间限制可能不仅在帮助学生节约时间，也限制了部分学生找到其真正适合的方向。在不会大幅度改变社会钟的前提下，我国目前可能需要最大限度地给予学生专业和职业探索的机会，对其自我同一性建立的过程拥有更多包容心。这一点最直接地就体现在教育制度上。一个宽松的学制与社会环境给同一性带来什么样的影响，将是本文主要探究的问题。

### 1.1 社会环境-社会钟

社会钟是社会对于社会中的成员在特定年龄需要完成生活事件的预期 (Shanas, 1971)，比如什么时间要参加工作、结婚、生第一个孩子、买房和退休等。这种预期是和特定社会文化、时代有关的，是跨越代际影响全社会成员的，比如“三十而立，四十而不惑”就可以看作儒家对于社会钟的一种设定。研究发现，像儿童和青少年一样，成人会把自己的发展进程与同龄者做比较，(Festinger, 1954) 人生事件发生是否准时可能对自尊等心理特征产生深刻影响 (Rook et al., 1989)(Barrera, 1986)：成年早期遵循社会钟会增强自信，因为它保证年轻人参加社会工作，发展各项技能，增强对自我和他人的理解；当事件发生的时间明显滞后时，很多人会承受心理压力。中国社会的社会钟整体上安排是比较紧凑的。社会对于何时步入职场、何时结婚生子、何时安定、何时事业有成的设定较为严格。成年人的社会钟推动了青少年和儿童的时间线，于是专业和职业选择、文理分科、甚至小学生入学的都有有建议的时间线，如果晚了一年，很多家庭都会有心理压力。美国社会总体上对于社会钟的要求则更宽容一些。更接受不同中年甚至老年人根据规划或者兴趣攻读学位，有更多推迟结婚的情况。可能由于美国社会钟普遍更宽容，美国大学的学制也鼓励学生在前一到二年进行生涯和专业的探索。(XinxingDuan, 2007) 社会通过社会钟对个体产生潜移默化的影响。意识到社会钟的存在是认识发生在自身事件的第一步，在清楚地认识了它们之后，才有机会合理利用或拒绝社会的压力，从而达到理想的状态。因为认识到社会钟的影响后，每个人才能主动调节自己的自我成长计划，并和社会的要求适切，也不会为了满足一些缺乏弹性、但对个人发展并不必要的要求而迷失自己。另外，认识到每个人的选择都是不同的社会钟影响和个人价值取舍的产物，也会对社会上的其他人多一分理解和包容。

### 1.2 教育制度与同一性发展

某一文化的社会钟说明，社会对于大学生在特定年龄要完成的发展目标有一个普遍的预期，这种预期在某种程度上是学校制定教育制度的标准和依据，尤其体现在学校的专业选择制度上。

教育制度是社会钟在制度层面的凝结，也深刻地影响着学生专业、学业和职业自我同一性发展的节奏。埃里克森 (Corcoran, 2014) 的心理社会理论包含每个年龄阶段要解决的矛盾，在这个意义上它可以看作一种社会钟。埃里克森提出青少年期的问题焦点是自我同一性的完成。自我同一性是指个体在寻求自我发展的过程中，通过与社会及文化环境的相互作用，形成的对自我的确认和对有关自我发展的一些重大问题，诸如理想、职业、价值观、人生观等的思考和选择。它体现了个体通过不断地同化和顺应而主动寻求内在一致感和连续感的过程。在当代，它集中体现在专业选择和职业承诺上，并很容易受到社会步调和期望的影响。由于高等教育在全世界的普及，很多人选择在大学结束或研究生结束后步入职业生涯，以此为节点计算，国内大学生自我同一性在 21 岁到 25 岁之间完成。不管是国外还是国内，当代

人的自我同一性的完成普遍延长。

## 2 研究方法

本研究将从资料调研出发，以访谈法为主。

### 2.1 文献分析法

本研究将聚焦中美两国不同大学的学制。阅读相关文献如自传、前人对同一性的研究文献、中美典型的学制方案等材料，调研中美大学总体上的学制区别和文化背景，并搜集调研对象所在学校的学制进行具体分析。通过理解宏观上描述性分析，了解学制及其所在的亚文化圈如何对个体同一性发展产生影响。

### 2.2 访谈法

本课题在研究过程中，采访中国和美国加拿大等地区高等学校中国学生，就其自我同一性的探索和承诺现状和发展过程进行深入交流。在美国大学读书的中国留学生分为两组，分别为遵循美国社会钟在美国学制下学习的学生，以及遵循中国社会钟在美国学制下学习的学生；在国内大学读书的中国学生也分为两组，分别是在大类招生或其他类似国外办学制度的国内大学读书的中国学生，和在传统专业教育明显的国内大学读书的中国学生此外，我们会再访谈适量的同一性基本建立的个体，包括大四学生和职业规划已经成型的个体，以获得更完整的视角。我们将从学制出发，了解访谈对象对自己的学业规划和未来的职业规划。并将对访谈对象的同一性发展地位、同一性发展过程中的阶段变化、在发展过程中所做的承诺与探索水平进行访谈，此外，将对其在同样性发展过程中所遇到的重要他人、重要事件进行探讨。从

- 个体对同一性的探索和承诺情况
- 个体对不同学制的理解以及学制对他的影响
- 个体对于他所感受到的大学氛围描述

这三个角度出发设计访谈提纲。(访谈具体问题见附录) 访谈作为此次调研的主体部分。依据访谈提纲制定编码系统，在访谈过程中对访谈对象的回答进行编码，再对每一组的编码结果进行描述性分析，比较组间的差别。

## 3 研究假设

整体来讲，我们假设中国留学生在美国感受到了相比中国更加宽松的社会钟，更加灵活与开放的学制，会促进同一性的探索。

### 3.1 社会钟与学制的关系

在社会层面社会钟与学制相互影响。根据生态系统理论的思路，学制对人同一性的影响是社会钟影响的一个微观层次。

接受一个学制会促进个体对该文化中的社会钟的认同，对社会钟的认同也会反过来促进贴合学制的探索与实践。完成社会钟所要求的任务的个体自信成都会较高。但是，如果一个个体由于未来规划、社会融入情况等因素没有接受当地的社会钟，却被迫要在当地学制下学习，使得无法完成内化的社会钟在某个时段要求完成的目标，则可能导致混乱程度较高、焦虑程度较高。

### 3.2 对不同组别的假设

- A. 接受了美国社会钟在美国学制下学习的个体
- B. 未接受美国社会钟在美国学制下学习的个体
- C. 在中国社会钟、中国学制下学习的个体

#### 3.2.1 过程导向（同一性的两个维度）

- 组别 A 相比组别 B、C 探索愿望更强、探索行为更多。组别 B、C 无明显差异。
- 组别 A、B 受到学制影响，对同一性的承诺比组别 C 个体晚。

#### 3.2.2 发展阶段导向

- 组别 A 中出国前同一性混乱、早闭阶段的个体多数在出国后转变为同一性延缓。
- 组别 A 中同一性延缓程度高于组别 B、C。组别 B、C 无明显差异。
- 组别 B 的同一性混乱程度高于组别 A

#### 3.2.3 焦虑/自信程度

根据是否完成社会钟要求的结果判断，组别 A 的焦虑程度低于组别 B，组别 A 的自信程度高于组别 B。

## 4 调研结果

### 4.1 信息统计及分析

通过方便取样法本研究共收集到 23 个大学生或研究生被访谈者，其中有男性 6 名，目前在国内上学的 13 名，国外上学 7 名，另外有 3 个中外合作项目或港澳台上学的学生。专业和职业同一性完成的有 14 人，占样本总数的 60.9%，同一性延缓共 6 人，占 26.1%，过早自认 2 人，占比 8.7%，混乱的有 1 人，占 4.3%。

对专业满意度进行 1-10 评分，( $M=6.70$ ,  $SD=2.38$ )，说明整体上大家对自己的专业有满意感，但并不算很高。研究者根据受访者的回答进行分析，将他们对未来的焦虑以及学业、同伴压力水平 1-10 编码，大家有不太多的未来焦虑 ( $M = 4.35$ )，有一些学业压力 ( $M = 3.87$ )，有很少的同伴压力 ( $M = 3.00$ )。

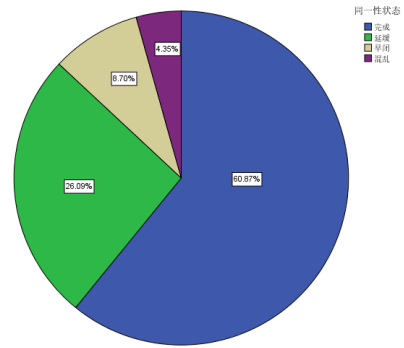


图 1: 同一性水平分布

- 年级和同一性水平

年级和同一性水平斯皮尔曼相关不显著 ( $r_s=-0.149$ ,  $p = 0.498$ )，即使只留下大学生 22 名受访谈者，年龄依然和同一性水平相关不显著 ( $r_s=-0.356$ ,  $p = 0.104$ )。

- 性别和同一性水平

受访的 6 名男同学全部建立了同一性，而女同学的差异大一些。

- 上学地点和同一性

把中外以及港澳台和国外都算作不在国内上学，用曼-惠特尼 U 检验发现，在是否在国内上学和同一性无关 ( $Z=-0.321$ ,  $p = 0.748$ )。

- 是否转过专业和同一性

转过专业的 9 人中，有 7 人达到自我同一性建立的阶段，占比 77.8%，没转过专业的 14 人中，除了两个大二的同学以外，只有 7 人建立同一性，占比 58.3%。可见经历过转专业的人对自己的专业发展有更多看法。

### 4.2 影响同一性的因素

根据布朗芬布伦纳的生态系统理论思路，将个体成长中会对同一性产生影响的因素分为三大类，构成了由内及外的三个作用系统。其中最内层的微系统是个体因素对同一性的影响，包括个体对于焦虑的易感性、个体的发展取向、探索的广度和深度，以及关注的同一性方面；处于中间的外部系统是非个体因素，但却是个体直接接触的因素——同伴和学校因素对同一性造成的影响，包括圈子文化、同伴焦虑、学校等级的作用；最外层的宏系统则是社会文化层面对同一性的影响，包括社会钟和学制的影响。不同系统之间的交互作用也会影响同一性。

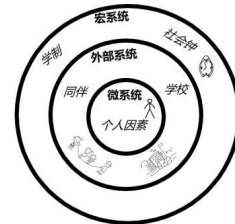


图 2: 生态系统理论

#### 4.2.1 微系统——个人维度

##### a. 焦虑易感性和同一性状态

美国心理学家威廉·詹姆斯曾说：“同样是烈火，黄油融化，而生鸡蛋会变成熟鸡蛋”。个体差异导致面对同样的环境，每个人的反应模式不同，认知、情绪反应模式具有很大的个体差异。易感性是指个体受到社会压力性事件的影响的个人特点，如果某人曾经有创伤经历，自己对创伤的相关情境比较在意，那么面对同样程度的负性事件时，他的易感性就很可能比别人高，因此有更高风险产生负性认知、心境和行为变化。访谈中，我们发现每个人对同伴压力、未来事件以及学业压力的焦虑感不同。有些同学对同伴压力的反应比较明显，当观察到同伴的承诺水平较高时，他们会感受到焦虑，而焦虑状态又会影响他的承诺程度和探索的进度。

##### b. 环境氛围对个体取向的影响

不同大学的氛围也会影响身在其中的个体达成同一性。(XinxingDuan, 2007) 提到大学由 4 种文化构成，分别是研究型、个性型、文凭型和享乐型。有些圈子是研究型文化主导的，圈子里的人乐于找到专业的方向并探索未知，不断发问。这些学生会比较在意专业同一性。有些是个性型文化主导，比如继续发展兴趣爱好，并且想办法把兴趣爱好和职业、专业结合起来。也有些人只在意获取文凭，“顺利毕业”就是最大的愿望，因而对专业取向是否适合自己并不在意。有些则是享乐型，认为大学时光是人生不可多得的享受当下的时候，应当“放浪形骸之外”。所处的圈子不同就会有不同的大学生活。日本大学的报录比较低，考上大学、尤其是好大学的学生都是天之骄子，所以他们在大学中更注重社团活动等。(XinxingDuan, 2007) 中形容一些美国大学生的生活是“啤酒和马戏团”组成的，因为其中很多低年级学生只关注享乐。很多关注专业同一性的人就比较在意转一个自己喜欢的专业，或者接受间隔年来探索专业兴趣，而致力于获得文凭或并没有很在意专业同一性的人就不希望间隔年、延迟毕业等专业同一性延缓的出现，因为它们会延迟自己进入社会的时间，也就是延迟同一性另一些方面的完成。

##### c. 探索的深度和广度

每个人探索的广度深度和探索质量也不一样。在承诺之前通常需要广泛的探索来锁定小范围的一个或几个方向，然后再深入探索，结合自己的感受评估自己是否适合这个专业，从而做出合适的承诺。（大学的教育资源对这两部分的影响在后文将会提及）访谈发现不同年级的学生在探索的广和深两方面是不一样的。通常大一广泛探索，从大二开始逐渐缩小探索的种类并深入某个或某些领域探索，通常大四同学都对自己要走的专业方向有比较清晰的认识和较稳定的承诺。另外个体层面上，似乎学习文理等和职业所需技能对应不强的学科的学生乐意让自己广泛探索，例如以有众多小领域的心理学为专业的 F 同学，“非常喜欢探索不同的发展道路”。而学习工科的 C 同学在发现了一个比较感兴趣的领域后就更容易进入该领域继续研究，不断提高自己在这个方向的能力。有些人（例如 F）更愿意进行广度高的探索，还有一些人（如 C 等）则喜欢有深度的探索，这也属于个体差异的一个方面。

##### d. 同一性的多面性

每个人关注的同一性方面也不同。西方心理学关注“本我、自我、超我”中自我的调和与成长，而中国文化中没有“三我”的分类，所以找到的“自我”同一性，就可能和每个人对自己的认识方面、要求以及社会环境有关。访谈中发现有些受访者可以很容易接受自我同一性的概念，并顺利和我们探讨专业和职业自我同一性的问题。比如 W 同学，指出专业的外在名誉并没有个人的投入和热

爱重要，最王牌的专业也不如自己喜欢的专业。而另一位同学即使在大一学习过后发现了自己喜欢和擅长的专业，仍然因为学校专业的强弱转到了该学校的王牌专业。而有些受访者则很难认可“专业自我同一性”这个概念存在的意义，在他们看来，并没有什么和自己的志趣完全吻合的专业，而是自己与专业相互塑造出属于自己的方向。比如 D 同学，他通过总结自己走过的路和前路的可能性来规划和承诺自己的职业方向，从他的角度来看，这种同一性的建立既是符合他个人特点的，也是需要信息资源和理性分析的，因此也不失为一种建立同一性的方法。也有些受访者非常关注个人生活方式等同一性的其他方面，而对专业的差异并没有过多探索。Z 同学就认为自己很喜欢某职业的工作和生活状态，他们想要探索自己在职业生活中的工作生活节奏，从而创造更多价值，而不太关注自己是否适合这个专业领域。

#### 4.2.2 外部系统——同伴、大学维度

个体成长的外部系统也会影响个体同一性的发展进程，其中影响比较显著的就是身边的同伴和所处的大学。国内外不同的圈子文化和圈子内同伴交往方式可能会影响个体的同伴焦虑水平，从而影响个体进行探索和承诺的进程。而大学等级的高低关系到个体在学校里能够接触到的用于探索的资源多少，同样对同一性的形成起到一定影响。

##### a. 圈子文化与同伴焦虑影响同一性

如果让访谈对象描述周围同学的同一性情况，国内很多同学会提到自己身边同一性建立较好的同学，并向我们描述这些同学平常的探索，已经确立的职业目标等等，以及自己和他/她对比会感到焦虑；而国外的同学则对同伴同一性的探索水平没有太多关注。即在国内读书的同学更在意同龄人的发展，且受周围同伴影响而产生焦虑的情况更普遍。

出现这种情况的可能原因是国内外大学生的圈子文化的不同。国内的同学比较倾向于找到一个稳定的圈子，并不自觉地将置身于圈子中的自己与圈子中的他人做比较。如果圈子整体同一性不是很好，自己就不会很焦虑；而若圈子中人人都发展地比较好，自己便很有可能陷入焦虑。与此不同的是，国外的同学没有这么明显的“抱团”倾向，他们对个人空间的需求更加强烈。一位在国外读书的同学说：“感觉自己所在的群体每个人都有自己的打算，我平常也都是一个人做事情，挺喜欢这样的”。在国外同学的交往圈子中，人与人之间会留出比较大的空间，因此通常不会有太大同伴压力。

这就导致了在国内大学这样的圈子文化中，因为同伴比较的存在，大家可能会对建立同一性有一种迫切的追求。而在这种情况下，这种看起来是对于“建立同一性”的焦虑实际上是对承诺的焦虑，它或许能够促使同一性的建成，但也很有可能带来早闭。而处于国外圈子文化的同学可能在这方面就不那么心急，而是更加乐于接受延缓状态，愿意留更多的空间和时间给自己探索。

##### b. 大学等级影响同一性

大学等级是一所大学综合资源的排名，大学等级的高低也会对同一性的建立产生影响，具体表现在大学的等级、质量会影响到学生所能接触到的用于探索的信息量的多少。QS 排名比较靠前的学校（比如多伦多大学、密歇根大学安娜堡分校、麦吉尔大学），课程设置更富有多多样性，选课的自由度更高，学生上课的体验感和收获感也更强。在这些大学读书的同学普遍将上课看做一种有意义的探索，“因为那是我自己决定要选的课，所以我会认真负责地学习它”。类似这样，很多国外知名大学的学生表现出对于课程学习更高的自主性和能动性。甚至有几位访谈对象正是在这样宽松的选课制度下，意外而幸运地发现了自己的兴趣所在，从而转专业到更加适合自己的领域。而



相比之下，国内虽然也开设有选修课，但与专业课、必修课相比，可供自由选择课程的学分和时间都很限制，因此国内同学专业之外的探索大多通过参加社团、社会实践活动等来进行，学校能够提供给学生的探索资源不如国外大学丰富。

这一点不只体现在国内外的对比上，仅在国内大学中也可以看出由于大学的等级差异（依据教育部排名）而影响的同一性发展不同。主要还是因为，大学等级实际是学校教育资源与教育质量的一种体现，这些会直接影响到学生能够接触到的探索资源以及探索的质量。

4.2.3 宏系统——学制、社会钟维度

1. 专业同一性探索与学制

学制是社会钟在制度层面的凝结，深刻地影响着学生专业、学业和职业自我同一性发展的节奏。美国教育制度的开放性与灵活性和中国、欧洲等国家和地区相比有很独特的风格。美国教育制度在自我同一性的探索和承诺上都有宽松和探讨的余地，具体体现在专业划分、专业选择和二次选择的宽松性、入学时间的自主性以及职业探索时间和领域的开放性上。见表1

自我同一性	专业选择宽松	专业设置考虑周全	入学时间的自主性	职业探索开放性
探索	有接受一年或两年公共课，尝试不同的主修课程的机会	专业分为 3 个级别，specialized（如 CS），major（如理科大类）、minor	高中毕业后间隔 1~2 进行游学或工作等活动	如果愿意，就可以在大学学习期间同时从事全职或兼职的工作
承诺	不限制改变专业的次数和领域；部分学校允许自己创建专业	通常一个学生会选择 1 个主修专业（major 或 specialized）和 2 个辅修，或者 2 个主修专业。	允许学生推迟入学；大学三年级决定专业	毕业时限延长

表 1: 美国大学教育制度对学生自我同一性的影响

中国的各大大专业划分，虽然在专业容量上面有所差异，但整体上对专业并没有进行细化分类。在国外，大学将专业分为 3 个级别，specialization 为专业性很高的专业，major 为专业度一般高的专业，同时要求比较高。minor 与 major 类似，但是要求比较低。通常一个学生被要求 1 个主修专业（major 或 specializ）和 2 个辅修，或者 2 个主修专业。这样即使已经到了确定专业的年级，同一性建立程度不同的学生也可以自由选择。同一性程度建立比较低，可以选择分化程度不高的 major，建立程度比较高的个体可以选择 specialization。在访谈中也发现部分个体在 同一性逐渐建立的过程中有从 major 转到 specialization 的现象。

在国外，制度的灵活性给了个体在专业选择上很大的灵活性，比如某位在国外学习的个体提到在犹豫要不要转专业时，“所有人都鼓励我转专业”。国外同学普遍认为，如果发现了自己更喜欢的学科，一定会转专业，“以前在这个专业上的投入是沉没成本，不应该再继续影响之后的决策了。”对于同一性还未建成的个体来说，这样的制度无疑给了更多的探索空间并且降低了试错成本。

相比之下，国内的个体对转专业的看法则不尽相同，多数人都萌生过转专业的念头，但是真正实施的占比很小。转专业的阻碍因素是：“不想降级”“没有那么喜欢”“不知道适不适合”“在之前的专业上投入太多了，也积累了很多的资源，不想轻易放弃”等。在国内想要转专业的同学面临更多的思考与更复杂的抉择，“转了就没有退路”（转专业的年级、次数都有限制），做出决定时会更深思熟虑，所以除非是充分的证明了自己不适合这个专业或者对其他专业有非常的热爱，一般不会选择转专业。这样的制度也有一些好处，比如国内某位同学曾经对自己的专业不是十分喜爱，有过

转专业的念头，但因不愿降级而没有选择转专业，而是在自己的领域继续探索。到大三时，他发现了本专业的魅力与价值，并且通过探索证明这个专业适合自己。严格的制度限制学生不能在各专业上“跳来跳去”，而是稳定下来，尝试“爱上”自己的学科。一位在国外读书的同学觉得“在中国转专业的门槛高，所以转专业之后会分外珍惜”。国内严格的制度在限制自由性的同时也给了一个深度探索专业的机会。这种制度给同一性发展带来的影响就因人而异了，有些人受制于此，有些人则通过重新选择或继续探索建立了很强的同一性。

## 2. 专业同一性探索与同伴焦虑-由社会钟带来的压力引发

中国社会的社会钟整体上安排是比较紧凑的。社会对于何时步入职场、何时结婚生子、何时安定、何时事业有成的设定较为严格。成年人的社会钟推动了青少年和儿童的时间线，于是专业和职业选择、文理分科、甚至小学生入学的都有有建议的时间线，如果晚了一年，很多家庭都会有心理压力。美国社会总体上对于社会钟的要求则更宽容一些。更接受不同中年甚至老年人根据规划或者兴趣攻读学位，有更多推迟结婚的情况。

社会钟带给个体的压力可以通过同伴焦虑表现出来。例如，在大学时，个体会因为自己的同学已经找到职业同一性而自己并没有感到焦虑。大学毕业之后的职业生涯中，个体会因为跟自己同学所处人生阶段不同而产生焦虑。

国内外的社会钟紧凑程度不同使得个体感受到的同伴焦虑大小有所差异。例如一个年过桃李的个体（25岁）坦言，“国内的同学里生二胎的人都有了，肯定会因为还没有进入恋爱、结婚的人生阶段而焦虑”。但同龄的外国人也有结婚生孩子的，却并未使她产生像国内同学带给她的那样大的压力，“好像没给我什么压力”。国外的个体虽然进入了下一个阶段，但是进入时间参差不齐，就不会造成明显焦虑。这可能是由于国内社会钟比较严苛，国外社会钟比较宽松。

在国内，缓解社会钟所带来的焦虑的方法主要集中在找师兄师姐、有经验的过来人寻求建议等。比如有同学提到，她大一的时候比较焦虑，大二打算出国之后签约了留学中介，将她的大学生涯进行了初步规划，用她的话说就是“有底了”，之后她的焦虑程度明显下降。第二种方式就是依照社会钟进行大到生涯小到学习的规划，在这样的规划下，个体关于未来的焦虑转变为学业焦虑，将关注点放在了“被安排”的学业上。为了减缓同伴焦虑，个体选择遵循社会钟的安排，在同一性探索方面所花费的精力自然会减小。

在国外，刚进入大学的个体会出现适应焦虑，同伴焦虑较低，对于没找到自己方向这件事并不如国内同学那样焦虑。一位在加拿大学习、专业未定的同学说：“我很喜欢这种同一性延缓的状态”。相比遵循严苛的社会钟，这种生活及学习态度显然促进了同一性的探索。

## 4.3 学制对同一性发展的影响综述

### 4.3.1 同一性发展趋势

在对国内被试的访谈中发现，大部分个体在进入大学时都满怀对已选择的专业的热情与期待，具体体现在期望的投入程度很高，对专业学习感到新鲜，乐于探索。除了少部分个体非常幸运地在上大学前就基本建立了自己的同一性，剩余大部分个体在还未充分探索这个专业的情况下就做出了专业承诺，同一性处于早闭与延缓的中间态。在大一下到大二上的过程中，学业压力增大，专业新鲜感褪去，通常会在这个时候开始对所选专业的思考与反问，大部分同学会或多或少出现转专业的想法（数据），甚至真的尝试去转专业，同一性水平降低。（徐娜 et al., 2011）也通过问卷法体现了该现象。在大二下到大三

下是专业的深度探索期，很多同学都在这个时候发现了所学专业的乐趣。大四，同一性基本建立，虽然专业的若干分支上仍体现出延缓状态，但整体的专业同一性比较稳定。国内同学的同一性发展趋势基本符合早闭-延缓-建立，同一性水平体现为高-低-高。第一个转变期发生在大一下到大二上，第二个转变期发生在大二下到大四，个体差异较强。(崔光成 and 赵阿劼, 2000) 中发现年龄（年级）对同一性水平的主效应显著，在大一到大三期间，基本呈现高-低-低或高-低-高的发展趋势。(王淑兰, 1989) 关于我国大学生自我意识发展的研究表明，大学四年中，大二、大三学生的自我意识发展水平最低，同一性强度最弱。这两个研究结果与本研究基本一致，所以有理由认为本研究在一定程度上揭示了我国大学生自我同一性发展的特点。

在对国外被试的访谈中发现，同一性发展趋势国内外个体有所不同。首先，大一期间，国外个体的延缓程度更高，早闭状态个体更少。一方面是由于他们没有“一进大学就要选专业”这样的强制性规定，所以不需要在探索之前就做出一个承诺。另一方面，国外的较为宽松的社会钟与学制给予同一性延缓很大的包容度，使得处于延缓状态时，个体所面对的未来焦虑比国内低。大二到大三期间，随着大部分同学开始确定专业（不同学校确定专业时间不同），其专业同一性逐渐建立。大四基本建立专业同一性。国外专业同一性的建立时间略早或略晚于确定专业的时间，因为大部分个体都是去了解或去探索了这个专业之后才选择的，这与国内只看招生简章和分数匹配度的专业选择方式是大相径庭的。国外个体的同一性变化轨迹基本符合延缓-建立或早闭-延缓-建立，同一性建立水平体现为低-高或中-低-高。发生转变的时间点可能有大一上，脱离早闭状态，以及大二到大三的专业选择期间，由延缓过渡到建立。

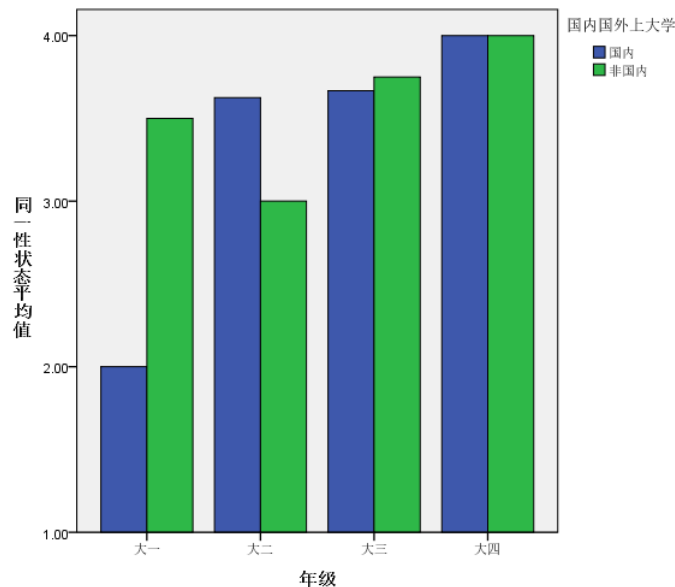


图 3: 国内外大学生整体同一性发展趋势

#### 4.3.2 同一性发展动力

同一性是一个西方学术体系下的名词，在中国以集体主义为主导的文化中关于“追寻自我”这个话题的讨论并不多，也不是所有人想要“建立同一性”。这也可以解释为何西方的学制更有助于同一性的实现。除了前文所提及的的教育制度的具体方面如何促进同一性的有关探索，其实整体的环境也给足了接受西方教育的个体追寻同一性的动力。“到美国大学什么都是自己干，所以很快接受‘自己对

自己负责’这样的概念。需要知道自己想要什么，这也是自己选择出国读书的一个原因。”还有同学提到：“原来在高中是被迫学习的。但现在做的是自己选择的，这会为这件事情注入了更大的能动性。每做一件事情是自己的选择，而是自己选择将时间与经历奉献给它。主要是外界的环境给了自己自由发挥的机会，给了自己对自己负责的机会。”这也能够从另一个角度解释整体环境如何促进对自我的思考从而有助于同一性发展。

## 5 结论

1. 学制对专业和职业同一性的影响既依赖于宏观层面的社会钟，也要通过外部系统层面的圈子文化、大学资源等和微系统层面的个人特质发挥影响。
2. 同一性是舶来概念，并非所有大学生都以达成专业和职业同一性为目标。
3. 国外的社会钟相比国内更加宽松，社会钟所带来的压力可以通过同伴焦虑表现出来，具体表现为国外个体同伴焦虑低于国内个体，国内个体常常迫于社会钟压力选择遵循社会钟安排，花费在同一性探索上的时间就会受到影响。
4. 相对灵活的学制通过专业选择、专业设置、入学时间、职业探索等方面的规定展现相比国内学制对同一性延缓的包容态度，通过降低试错成本来促进有关同一性的探索，使得国外同学更乐于接受延缓和同一性有关探索。
5. 学制的不同会影响总体的同一性发展趋势。国内同一性发展基本符合早闭-延缓-建立，同一性水平高-低-高。国外同一性发展符合延缓-建立，同一性水平低-高或高-低-高。状态转变的平均时间也不同。

## 参考文献

- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14(4):413.
- Corcoran, T. (2014). *Psychology in education : critical theory-practice*.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2):117-140.
- Rook, K. S., Catalano, R., and Dooley, D. (1989). The timing of major life events: Effects of departing from the social clock. *American Journal of Community Psychology*, 17(2):233.
- Shanas, E. (1971). The sociology of aging and the aged. *Sociological Quarterly*, 12(2):159.
- XinxingDuan (2007). *Emerging adulthood:the winding road from the late teens through the twenties*. beijing, .
- 崔光成 and 赵阿劭 (2000). 性别, 年级, 人格特征与大学生自我同一性发展关系的研究. 齐齐哈尔医学院学报, 21(6):607-608.
- 徐娜, 王国霞, and 盖笑松 (2011). 大学生自我同一性发展研究. 黑龙江高教研究, (4):137-140.

王淑兰 (1989). 关于大学生自我意识发展趋势与特点的调查研究. 心理科学, (02):49-52.

## A 访谈问题

- 专业学习是否满意？现在忙不忙？给自己的投入程度打几分？为什么没打到 10 分呢？你是否想过转专业？转了/没转的原因是什么，做决定的时候你衡量了哪些因素？有什么契机吗？现在的想法有没有变化
- 你当初是怎么决定选择这个专业的？在选择这个专业之前那有进行过什么探索吗（高中，e.g 学科竞赛）？当初做决定的想法跟现在有什么不同嘛？你觉得你做出专业选择的时候了解自己吗？（性格上）
- 在大学中，你觉得你做过哪些有意义的探索？在你自己的专业里，你又做过哪些探索呢？你怎么界定有意义的探索，可以举例
- 是否规划好了在这个专业上要怎么发展呢？未来的方向是什么，确定了吗？  
（肯定回答）是怎么确定的呢？（职业理想是什么？）  
（否定回答）你觉得什么时候会确定未来的方向呢？
- 你觉得自己焦虑吗？这种焦虑的来源是什么呢？来自于学业还是来自于未来呢？打算继续读书？还打算在自己的专业上继续发展吗？做出这样的选择是为什么呢（父母、同伴、社会压力）
- 打算回国发展还是在海外发展？
- 能不能向我们描述一下你周边的人在同性性这个问题上进行了哪些探索？你有没有受到他们的影响？你有没有同伴焦虑呢？
- 你适应现在的大学生活吗？你觉得你融入到所在的群体了吗？那个群体是什么样子的呢？你对现在的大学生活是否满意？
- 你有没有跟家里讨论过未来的规划呢？他们给了你什么样的建议呢？
- 你知道 GAP 吗，你怎么看待 GAP 的人，你会选择 GAP 吗？
- 怎么看待同性性混乱与同性性延缓呢？你有了解过美国较为灵活的学制吗？（你知道中国大学的学制吗？）你觉得哪个更适合自己的呢？