

00 后大学生耐挫力现状及其影响因素

——以西南交通大学 00 后本科生为例

秦之韵 张鼎 王之卓 黄娜 陈俊怡

(西南交通大学 心理研究与咨询中心)

摘 要 21 世纪以来,社会飞速发展。伴随着这种变化,00 年及往后出生的一代人在心理耐挫力上也发生了显著变化。为了调查 00 后大学生耐挫力现状及其与父亲教养方式、社会支持的关系,本研究采用问卷调查以及访谈法,对收集的问卷数据进行相关分析、差异性检验,对访谈材料基于扎根理论进行分析,最终得出结论:(1)00 后大学生耐挫力(心理韧性)得分为 56.44 分,略低于社会总体水平样本(2)除对支持的利用与力量性不相关外,00 后大学生耐挫力与社会支持的三个维度(客观支持、主观支持、对支持的利用)及社会支持总分显著相关,与父母教养方式不存在显著相关性;(3)00 后大学生社会支持来源与家庭支持、个体交流、团体活动有关

关键词 心理韧性,00 后大学生,社会支持,父母教养方式

1 引言

1.1 研究背景

当今社会下,大学生自杀、伤害他人的现象数见不鲜,作为如今大学生主体的 00 后,其整体心理状况特别是耐挫能力不容乐观。心理韧性作为耐挫力的重要代表,在 00 后大学生群体中整体状况如何?父亲教养方式与社会支持对 00 后大学生耐挫力又怎样的影响?本研究希望能通过研究 00 后大学生耐挫力现状及其与父母教养方式、社会支持的关系,提高外界群体对 00 后大学生这一群体心理耐挫力的重视,发现缓解大学生自杀及伤害他人的方法。

1.2 心理韧性、社会支持与父亲教养方式的定义

心理韧性,指的是个人在面对挫折、创伤、生活逆境等重大压力事件时的承受力和超越力,使人能够忍受重大压力事件,转而采取积极正性的心理机制的能力^{[1][2]}。关于这一课题的研究多年来长盛不衰,始终是心理学领域的研究热点。大学生作为社会构成的重要一份子,其心理韧性受许多学者关注。刘欢的研究显示大学生耐挫力状况良好,高于社会平均值,呈负偏态分布^[3]。但更多地学者则认为大学生心理耐挫力不容乐观,亟待提高^{[4][5]}。董晓倩的研究显示这种不乐观在大学毕业生中同样显著^[6]。总的来说,除

少部分研究者外,绝大多数研究者认为大学生心理耐挫力整体水平偏低,急待提高。

基于父母教养方式的概念,我们将父母教养方式定义为父母在抚育、教育子女的过程中采取的手段和方法。已有研究表明,子女遇到挑战时,其行为与思维方式受父母教养方式影响。有研究者认为,父母教养方式与其子女心理耐挫力存在相关性,父母的正性教养方式(情感温暖、理解)能增强其耐挫力。反之,父母的负性教养方式(拒绝、否认)则不利于其耐挫力的发展^[6]。

社会支持,指的是个体从其所拥有的社会关系(家庭成员、亲友、同事、团体、组织和社区等)中获得的精神上和物质上的支持^[3]。这种支持是个体有效缓解重大压力事件,使个体更好的应对生活事件。社会支持对个体主观幸福感、心理韧性等都有积极影响,能有效提高个体在社会中的适应性^[7]。

1.3 心理韧性与父母教养方式、社会支持的关系

已有研究表明,父母正性教养方式(情感温暖、理解)与大学毕业生心理韧性显著正相关^[7];穆苗苗的研究结果显示,父亲教养方式中情感温暖理解、惩罚、严厉、过分干涉、拒绝否认这几个维度均与初中生心理耐挫力存在显著相关;父母情感温暖、理解越多,其心理耐挫力越高,父母惩罚严厉、过分干涉、拒绝否认越多,其心理耐挫力越

低^[8]。

目前绝大多数学者认同心理韧性与个体社会支持存在正相关,个体社会支持越高,其心理韧性越强。董晓倩提出个体心理韧性与社会支持的主观支持、对支持的利用度两个维度呈正相关,与客观支持呈负相关^[4]。

1.4 问题提出

00 后大学生的心理韧性整体水平以及特点现状如何?它与社会支持以及父亲教养方式各维度之间是否有相关性?本研究希望能通过研究以上问题,发现有利于发展心理韧性的父亲教养方式,提出有效的借助提高社会支持提高 00 后大学生心理韧性的途径。

2 研究方法

2.1 实验一 心理耐挫力现状调查及其与父亲教养方式、社会支持的关系

2.1.1 研究对象

本实验采用随机抽样,抽取了西南交通大学本科在读大一至大三学生发放问卷,共 160 名。剔除无效问卷(问卷填写不完整、年龄不符合不属于 00 后、时间过长及过短)后共得到有效问卷 151 份,问卷有效回收率为 94.3%。

2.1.2 研究工具

实验一采用量表进行测量,主要量表如下:

(1) 心理弹性量表(CD-RISC)
心理弹性量表(Connor-Davidson resilience scale)是由凯瑟琳 M.康纳和乔纳森 R.T.戴维森共同开发的一种评估韧性的方法。香港中文大学于肖楠(2007)对 Connor-Davidson 韧性量表(CD-RISC)进行了修订,量表共有 25 个项目构成,包括 3 个维度:坚韧、自强、乐观。全量表和三个分量表的信度较好,克朗巴赫 α 系数分别为 0.91, 0.88, 0.88, 0.60 英文版量表在美国的信度也很好,全量表的 α 系数为 0.89,再测信度为 0.87。问题均以 1 (从不)、2 (很少)、3 (有时)、4 (经常)、5 (几乎总是)五级评分。

量表总分和各分量表得分均采用 5 分制,量表总分为全部 25 题得分的均分,分量表得分则为各分量表对应题目得分的均分。

(2) 社会支持评定量表(SSRS)

SSRS 是肖水源等心理卫生工作者在借鉴国外量表的基础上,根据我国的实际情况,自行设计编制的。量表从社会支持与身心健康的关系为理论指导,根据被测者的社会支持情况,对形成被测者心理障碍的社会环境原因做出可能性推测。共 14 个条目,评价指标为 4 个维度,即总分、客观支持、主观支持和支持利用度。

(3) 简式父母教育方式量表(s-EMBU-c)

父母教养方式问卷(EMBU)是由瑞士学者于上世纪八十年代编制的,通过让被试回忆成长过程中父母对待自己的方式来考察父母亲的教养方式。1999 年,Arrindell 等人(1999)根据题目内容和心理测量学指标从标准版 EMBU 中抽取出 46 道题,形成简式父母教养方式问卷(简称 s-EMBU),从而成功简化了标准版 EMBU。修订后的 s-EMBU 只存在拒绝、情感温暖和过度保护三个维度。蒋奖修订后形成了目前本实验沿用的版本。该版本具有良好的信效度^[8]。

2.1.3 研究假设

- (1) 00 后大学生心理耐挫力整体处于中等水平。
- (2) 00 后大学生心理耐挫力与父母教养方式中情感温暖、理解等正性教养方式显著正相关;与过分干涉、拒绝否认等负性教养方式存在显著负相关。
- (3) 心理耐挫力与社会支持显著正相关。

2.1.4 研究过程

本研究将 CD-RISC、SSRS 与 s-EMBU-c 简单综合成一份量表,通过问卷星平台发放问卷。

2.1.5 结果

心理韧性各维度与父母教养方式即社会支持各维度之间的相关性如下表 1 所示。

表 1 心理韧性与父母教养方式、社会支持的相关性

情感温暖	拒绝	过度保护
------	----	------

	Pearson	显著性	Pearson	显著性	Pearson	显著性
	相关性	(双侧)	n 相关性	(双侧)	相关性	(双侧)
坚韧性	0.103	0.48	0.115	0.432	-0.044	0.762
力量性	0.235	0.105	0.22	0.128	0.205	0.158
乐观性	0.157	0.283	0.12	0.412	0.123	0.398
心理韧性总分	0.169	0.247	0.163	0.262	0.066	0.652

	客观支持		主观支持		对支持的利用		社会支持总分	
	Pearson	显著性	Pearson	显著性	Pearson	显著性	Pearson	显著性
	相关性	(双侧)	相关性	(双侧)	相关性	(双侧)	相关性	(双侧)
坚韧性	.558**	0	.491**	0	.311*	0.03	.569**	0
力量性	.472**	0.001	.384**	0.006	0.131	0.37	.425**	0.002
乐观性	.404**	0.004	.479**	0.001	.293*	0.041	.482**	0
心理韧性总分	.561**	0	.508**	0	.283*	0.049	.568**	0

** . 在 .01 水平（双侧）上显著相关。

* . 在 .05 水平（双侧）上显著相关。

从表 1 中可以看出，在本研究中，心理韧性与父母教养方式并未呈现显著相关性；除力量性与对社会支持的利用不存在显著相关性外，心理韧性其他维度均与社会支持各维度相关。与此同时，心理韧性平均分为 56.44 分，略低于社会总体水平，与前人研究结果相符。

2.2 实验二 心理耐挫力与社会支持的访谈

2.2.1 研究对象

实验二选取 19 名在心理韧性上具有代表性的 19 名西南交通大学 00 后本科生进行访谈。是否具有代表性的标准为其心理韧性得分处于平均水平左右。共回收有效访谈资料 19 份

2.2.2 研究工具与方法

实验二采用的研究工具有心理弹性量表（SSRS）以及基于社会支持理论的自编半开放式访谈提纲，访谈提纲如下：

- 1、你觉得你有多少个关系亲密的、你觉得能从他们那儿得到支持和帮助的朋友？
- 2、近一年来你和谁住在一起，你们的关系如何？
- 3、你和你的同学/同事关系如何，如果可以的话请讲一个你觉得最能体现你们之间关系的事情吗？
- 4、你觉得你的家庭对你的支持和照顾如何？如果可以的话请讲一下你们之间是如何相处的吗？
- 5、你觉得当你遇到紧急情况的时候能从哪里（人或组织都可以）获得帮助、安慰以及关怀？

6、可以跟我说一件你遇到过的紧急情况嘛？你当时是如何解决的？现在回想你觉得你当时度过困难获得了哪些人或组织的帮助？

7、你遇到烦恼的时候会选择向谁倾诉呢？你为什么会选择向其倾诉？

8、你经常参加哪些团体组织活动？你觉得这些团体活动对你有帮助吗？

2.2.3 研究过程

经与学校图书馆协商，我们将访谈地点定在收音、隐私性较好的图书馆 605，每次仅访谈一名 00 后大学生。每一名参与者首先需阅读知情同意书，确保对实验没有疑问后签字确认。访谈正式开始前参与者扫码填写 CD-RISC 量表，填写完毕后访谈正式开始。将所得录音材料转换为文字材料。

本研究基于扎根理论，对所获得的访谈材料进行分析，将材料导入 ATLAS.ti 9 进行开放性编码、二级编码以及三级编码，最终得出实验结果。

2.2.4 结果

在开放性编码阶段我们共得到 49 个编码，总结归纳得 9 个归类范畴（二级编码）：对团体活动的态度、团体活动参与度、共同居住者、亲密朋友数量、倾诉对象、友情等级、支持来源家庭支持程度以及家庭相处模式，进一步概括得出三个概念网络（三级编码）：团体活动、个体交流、家庭关系。详

见附录 1。

3 讨论与分析

实验一结果显示被试心理韧性与父母教养方式所有维度均不存在显著相关性,本研究认为,可能的影响因素有:00 后大学生群体整体成长环境与往前的大学生存在较大差异,其心理韧性以及相关因素与前辈人之间存在一定的差异,之前的研究结果并不一定能完全适用于该群体。

社会支持中主观支持与心理韧性三个维度均呈显著正相关($\rho_1=0.491$, $\rho_2=0.384$, $\rho_3=0.479$, $\alpha>0.01$),客观支持与心理韧性呈显著负相关($\rho_1=0.558$, $\rho_2=0.472$, $\rho_3=0.404$, $\alpha>0.01$),与前人研究结果相符^{[4][6]}。这表明提高 00 后大学生的主观支持能力、降低个体客观支持来源能有效提高其心理韧性。社会支持中对支持的利用维度与心理韧性坚韧性、乐观性维度呈显著正相关($\rho_1=0.311$, $\rho_2=0.293$, $\alpha>0.05$),但并未与力量性存在显著相关性。这些与前人研究结果并无较大差异。

实验二经过三级编码后本实验最终得出三个编码概念:团体活动、个体交流、以及家庭关系。在研究过程中本研究发现 00 后大学生的社会支持特点如下:00 后大学生的家庭相处模式大多为内敛和睦型,即相互间有着心理支持,但很少表露在语言上而是更多地从行为中体现,这种家庭相处模式导致他们虽然有较好的客观支持,但情感支

持存在一定缺失。该群体普遍拥有较多的亲密朋友数(亲密朋友数量在 3~5 个占 42.1%,6 个及以上占 36.8%),在遇到压力事件时,他们更倾向于第一时间向朋友倾诉并寻求支持帮助,所有被访谈者都提及了朋友为自己带来的支持作用,可见在 00 后大学生心理活动里,朋友关系与支持是其中举重若轻的一环。该群体大多数成员对团体活动所持态度为矛盾型,即他们愿意去参与集体活动,但当集体活动中没有他们熟识的人时,这种意愿会大打折扣甚至出现抵触情绪。因此,大多数人处于低团体活动参与程度,但他们并不否认团体活动能为自己带来一定的支持。

4 不足与展望

本次研究样本量较少。数据的标准样本并非针对 00 后大学生建立,因此不具备该群体的代表性,可能对数据分析对比的结果产生影响。后来的研究者可以考虑建立针对 00 后大学生的数据标准样本。本研究在实验一收集数据时,考虑到实验二的访谈,将问卷收取对象限制于西南交通大学学校内,因而研究结果不一定具有推广度,后来研究者问卷收集时应尽量避免集中。

有关 00 后大学生群体心理韧性的研究仍旧较少有学者涉及,本实验希望能为后来者打开一个新思路,为提高 00 后大学生心理耐挫力尽绵薄之力。

参考文献

- [1]胡月琴 & 甘怡群.(2008).青少年心理韧性量表的编制和效度验证. 心理学报(08),902-912.
- [2]董晓倩.(2015).大学毕业生心理耐挫力与父母教养方式、社会支持的关系研究. 郑州航空工业管理学院学报(社会科学版)(03),197-199.
- [3]刘欢 & 马素红.(2014).大学生耐挫力及其与社会支持的关系. 温州职业技术学院学报(02),77-80.
- [4]韦春北.(2006).当代大学生耐挫力现状研究. 中国成人教育(06),113-114.
- [5]张玉堂 & 王小卫.(2015).大学生受挫心理分析及耐挫力的培养. 甘肃高师学报(06),52-55.
- [6]董晓倩.(2013).大学生心理耐挫力与社会支持的相关性研究——以河南牧业经济学院为例. 河南商业高等专科学校学报(05),122-124.
- [7]刘晓 & 黄希庭.(2010).社会支持及其对心理健康的作用机制. 心理研究(01),3-8+15.
- [8]蒋奖,鲁峥嵘,蒋苾蓓 & 许燕.(2010).简式父母教养方式问卷中文版的初步修订. 心理发展与教育(01),94-99.