

# 毕业前夕大学生工作目标建构研究<sup>\*</sup>

严建雯<sup>\*\*1</sup> 蒋月君<sup>2</sup> 陈传锋<sup>2,3</sup> 朱亚君<sup>2</sup>( <sup>1</sup>宁波大学心理健康指导中心, 宁波, 315211)( <sup>2</sup>宁波大学教育学院, 宁波, 315211)( <sup>3</sup>宁波大学学报编辑部, 宁波, 315211)

**摘 要** 采用 little 提出的个人计划分析法, 在大学毕业前夕对不同高校和专业的 396 名毕业生进行了测试, 旨在考察大学毕业生的工作目标建构特点及其可能的影响因素。结果表明: 随着毕业时间的临近, 工作目标的个数在减少, 但对工作目标的控制性, 感觉到工作压力感在提高; 大学毕业生的工作签约情况, 所学专业, 学校性质等都对工作目标的建构产生了显著影响。研究认为, 对大学生进行就业心理指导时应充分考虑其工作目标的建构特点。

**关键词:** 大学毕业生 工作目标 目标建构

## 1 问题的提出

从二十世纪三十年代起, 心理学家就开始了对目标的研究。Locke 发现, 外在的刺激是通过目标来影响动机的, 因而在 1967 年正式提出目标设置理论, 认为目标本身就有激励作用, 目标能把人的需要转变为动机, 使人们朝着一定的方向努力, 并将自己的行为结果与既定的目标对照, 及时地调整和修正, 从而实现目标<sup>[1]</sup>。

对于目标的研究有两条路线, 一条是一般规律研究法, 关注于发现有普遍性的目标类型。第二条是特殊规律研究法, 按照各种方法定义的目标侧重点不同, 分为“当前关注点”, “个人计划”, “生活任务”, “个人奋斗”四种特殊方法。研究目标建构有两个方向, 一是根据目标的内容进行研究, 如学习目标、工作目标, 人际关系目标; 二是根据目标的性质进行研究, 如目标的重要性、进展情况、控制性等<sup>[2]</sup>。

由于高校扩招, 我国大学毕业生面临着极大的就业压力。大学生就业难除了受能力、专业等这些因素影响外, 也受到心理素质和就业规划的制约。有研究发现, 大学毕业生在找工作时, 普遍存在自卑心理、自负心理、依赖心理以及对工作超现实的期望<sup>[3,4]</sup>。建构合理的工作目标是顺利就业的前提条件; 目标具有指引的功能, 引导个体注意并努力接近于目标有关的行动, 远离与目标无关的行动; 目标具有动力功能, 较高的目标比较低的目标更能导致较大的努力; 且目标影响具有坚持性; 目标还可以通过导致与任务相关知识和策略的唤起、发现和使用, 间接的影响行为<sup>[5]</sup>。树立合理的目标可以提高自我有效感, 而没有吸引力的或者不可达到的目标则没有实际价值<sup>[1]</sup>, 因而工作目标建构情况可能影响到个体的就业。

因此, 本研究拟采用计划分析与内容分析法调查大学毕业生的工作目标, 并根据该目标的性质探讨转型期毕业生的工作目标建构特点。

另一方面, 目标认知受到情绪的影响。按照动机系统理论, 目标认知本身并不一定能激发个体的行为, 它必须与情绪唤醒过程和个体能力信念等结合起来才能起推动作用<sup>[6]</sup>。对自己能力的信念, 影响着个体对目标失败的反应, 一种是

非适应性的“无能”反应模式; 回避挑战, 避免出现对自己能力的不良评价; 另一种是“掌握一趋向”反应模式, 寻求挑战任务, 追求提高能力, 在困难情境下有较高有效的坚持性<sup>[7]</sup>。情绪还影响着个体对目标的满意感, 并且通过情感唤起的方式影响个体的认知加工<sup>[2]</sup>。所以目标认知决定着动机作用的内容和方向, 情绪则为行为调节提供了评估信息, 并根据这些评估信息调整个体行为, 帮助个体适应变化的环境。前人研究发现, 高抑郁的青少年有着更少的进取目标, 更多的回避计划, 在有人生意义的目标和计划数目上也比控制组要少<sup>[8]</sup>。因而在本研究中也将考察抑郁情绪对工作目标建构的影响特点。

## 2 研究方法

### 2.1 被试

第一次调查时按照专业类别随机抽取两所高校毕业生 280 名, 发出问卷 280 份(工作计划分析问卷和贝克抑郁问卷), 回收问卷 250 份, 其中 17 份问卷大部分题目都没有填写, 因而被剔除, 取得有效问卷 233 份; 其中已签约学生 56 人, 未签约学生 177 人; 第二次调查时抽取学生 150 名, 发出问卷 150 份, 回收 140 份, 因为有 7 份问卷大部分题目都没有填写而被剔除, 取得有效问卷 133 份, 其中已签约学生 54 名, 未签约学生 79 人。

### 2.2 方法

采用问卷法, 由每位被调查者填写个人的工作计划并做贝克抑郁问卷, 在毕业前夕(前三个月和前一个月)分别对大学毕业生进行了二次测试。第一次调查时间为 2005 年 3 月底, 第二次调查时间为同年 5 月底。

**2.2.1 工作计划分析:** 先让被试列出近期的工作计划, 然后让被试从七个维度评价这些计划, 这些维度分别是: 重要性、愉悦性、控制性、压力感、困难程度、进展情况、对自我的影响。

**2.2.2 贝克抑郁问卷:** 选用 Beck 抑郁自评问卷。该问卷具有良好的内部一致性信度及再测信度, 信度系数在 0.70 至 0.93 之间, 敛聚效度及区别效度在已有文献中得到了相当的肯定。

<sup>\*</sup> 本文受浙江省教育厅科研项目“大学生的目标建构与抑郁情绪研究”和宁波市高校名师培养对象项目(甬教高[2004]311号)资助。

<sup>\*\*</sup> 通讯作者, 严建雯, 女。E-mail: yanjianwen@nbu.edu.cn

3 结果

3.1 大学毕业生工作目标的特点及其变化规律

取得两次的工作目标个数,利用 spss10.0 进行分析,统计结果显示,目标个数在 1 到 8 之间,1 个目标的人次最多,4 个目标以上的人数都没有超过 10%,详见表 1。

表 1 大学毕业生目标个数分布表

调查时段		目标个数						
		1	2	3	4	5	6	8
第一次调查	N	110	70	32	13	5	2	1
	%	47.2	30.0	13.7	5.6	2.1	0.9	0.4
第二次调查	N	88	28	11	5	1	0	0
	%	66.2	21.1	8.3	3.8	0.8	0	0

比较两次调查结果发现:随着毕业时间的临近,毕业生的工作目标个数在第二次调查时有所减少( $\chi^2=13.617$ ,  $df=6$ ,  $p<0.05$ )。有一个以上工作目标的毕业生比率降低程度达到了极其显著性水平( $\chi^2=12.251$ ,  $df=1$ ,  $p<0.01$ ),有两个以上目标的毕业生比率降低程度也达到了显著性水

平( $\chi^2=5.435$ ,  $df=1$ ,  $p<0.05$ )。  
在调查过程中还要求被试从重要性、愉悦性、控制性、压力感、困难程度、进程情况、对自我影响等 7 个纬度上评价自己的工作目标,统计结果详见表 2。

表 2 被试对工作目标从各个纬度的评价结果

调查	统计量	重要性	愉悦性	控制性	压力感	困难程度	进程情况	对我影响
第一次调查	M	4.582	3.693	3.307	3.489	3.379	2.924	4.367
	SD	0.814	1.109	0.964	1.071	1.027	1.022	0.875
第二次调查	M	4.713	3.810	3.677	4.151	3.441	3.060	4.444
	SD	0.685	1.151	1.138	4.5395	1.029	1.192	0.828

采用双侧  $t$  检验对毕业前夕不同时段两次调查结果的比较分析发现:在第二次调查时,毕业生对工作目标的控制性和压力感比第一次调查时的控制性和压力感更高,差异性都达到了显著性水平( $t(364)=3.301$ ,  $p<0.01$ ), ( $t(364)=2.129$ ,  $p<0.05$ )。

分析还发现,许多评价纬度之间都存在显著的相关,例如压力感和困难度之间的相关显著( $r=0.3$ );控制性和愉悦性之间的相关显著( $r=0.368$ );进程情况和控制性之间的相关显著( $r=0.415$ );对自我的影响和其他每一个纬度的分数都存在显著相关。

3.2 毕业前是否签约对大学生工作目标的影响

按是否已经工作签约对大学生的工作目标分别统计,结果发现:在第一次调查中,已签约毕业生平均有 2.34 个工作目标,未签约毕业生平均有 1.76 个工作目标,经独立样本  $t$  检验,结果表明:二者存在显著性差异( $t(231)=3.455$ ,  $p<0.01$ )。在第二次调查中,已签约毕业生的平均目标个数为 1.89 个,未签约毕业生的平均目标个数为 1.27 个, $t$  检验结果也表明二者存在显著差异( $t(131)=4.387$ ,  $p<0.01$ )。

以工作目标的各个纬度分数为因变量进行分析,结果发现:在第一次调查中,已签约被试对工作目标困难程度的评价( $M=3.0745$ )比未签约被试的评价( $M=3.4751$ )要低,二者差异达到显著性水平( $t(231)=2.575$ ,  $p<0.05$ )。但在第二次调查中,不存在显著差异。

另一方面,从目标个数与工作签约的关系考虑,发现在第一次调查结果中有两个以上工作目标的被试和只有两个或两个以下工作目标的被试相比,签约率要高, $\chi^2$  检验结果表明,二者差异达到显著水平( $\chi^2=7.054$ ,  $df=1$ ,  $p<0.01$ )。对第二次调查结果进行  $\chi^2$  检验分析发现了同样的

结果:有两个以上工作目标的被试和只有两个或一个工作目标的被试相比,签约率要高,差异也达到显著性水平( $\chi^2=18.338$ ,  $df=1$ ,  $p<0.01$ )。

3.3 学校类型、学生性别、所学专业和工作目标的关系

根据调查结果,按照学生的学校类别,性别和专业对他们列出的工作目标数目分类统计,结果列于表 3 中。

对表 3 结果进行  $\chi^2$  检验,发现在第一次调查中,工作目标由于学校、性别、专业不同而造成的个数差异都没有达到显著性水平,但在一些纬度的评价上存在显著差异。对工作目标的控制性,女生比男生要高( $t(231)=2.559$ ,  $p<0.05$ ),并且工作目标对女生而言愉悦性更高( $t(231)=2.754$ ,  $p<0.01$ );另外,学校类别对工作目标愉悦性的判断具有显著影响,职业大学学生眼中的工作目标愉悦性比综合大学学生要高( $t(231)=2.034$ ,  $p<0.05$ )。专业差异对工作目标的影响在各个纬度上都不显著。

对第二次调查结果进行  $\chi^2$  检验,发现不同学校的毕业生具有的目标数目存在显著的差异( $\chi^2=9.547$ ,  $df=4$ ,  $p<0.05$ ),综合大学毕业生中有一个以上工作目标数的学生比例要显著高于职业大学学生( $\chi^2=5.646$ ,  $df=1$ ,  $p<0.05$ );从目标纬度上分析,职业大学毕业生工作目标的进展情况要好于综合大学毕业生( $t(130)=3.729$ ,  $p<0.01$ )。不同专业的毕业生具有的目标数目也存在显著的差异( $\chi^2=17.254$ ,  $df=4$ ,  $p<0.01$ ),理科学生中有多于一个目标的人数比例比文科学生显著要高( $\chi^2=4.242$ ,  $df=1$ ,  $p<0.05$ ),理科学生中有多于两个目标的人数比例也比文科学生要高( $\chi^2=13.155$ ,  $df=1$ ,  $p<0.01$ )。性别对目标纬度评价也有显著影响,女生的工作目标进展情况要显著快于男生,差异达到了显著性水平( $t(130)=2.724$ ,  $p<0.01$ )。

在目标数目上,是否签约和学校类型、专业类型存在显著的交互作用。在第一次调查中,是否签约和文理科专业的交互作用显著( $F(1, 229)=5.747, p<0.05$ ),学校类型和是否签约的交互作用显著( $F(1, 229)=18.065, p<0.01$ )。根据第二次调查结果进行多因素方差检验,发现是否签约和学

校类型的交互作用依然显著( $F(1, 129)=6.057, p<0.05$ )。

3.4 大学毕业生的工作目标与抑郁情绪的关系

将大学毕业生在抑郁问卷上的得分与其在工作目标各个纬度上的评价进行相关分析,结果见表4。

表3 工作目标调查结果

目标数量	学校类型		学生性别		学生专业		
	综合大学	职业大学	男生	女生	理科	文科	
第一次调查	1	74	36	64	64	57	53
	2	50	20	42	42	25	45
	3	23	9	20	20	15	17
	4	8	5	7	7	10	3
	5	2	3	2	2	3	2
	6	1	1	2	/	1	1
	7	/	1	/	1	1	/
第二次调查	1	53	61	42	46	27	61
	2	45	19	15	13	9	19
	3	17	1	7	4	10	1
	4	3	2	3	2	3	2
	5	/	1	1	1	/	1
总计	253	113	204	162	161	205	

表4 抑郁情绪与工作目标各纬度评价的相关分析

			重要性	愉悦性	控制感	压力感	困难程度	进展情况	对我影响
抑郁问卷得分	第一次调查	相关系数	-0.006	-0.097	-0.152 *	0.029	0.133 *	-0.120	0.060
		显著性	0.933	0.139	0.020	0.661	0.043	0.068	0.365
		N	233	233	233	233	233	233	233
	第二次调查	相关系数	-0.102	0.032	-0.171 *	0.030	0.272 * *	0.105	-0.003
		显著性	0.242	0.711	0.049	0.728	0.002	0.232	0.975
		N	133	133	133	133	133	132	132

注: \*  $p<0.05$ , \*\*  $p<0.01$  (双侧检验)。

从上表结果可以看出:毕业生的抑郁情绪和他们对工作目标的评价存在一定的关联性。在两次调查中,抑郁分数都和工作目标的困难程度呈正相关,即抑郁水平越高,工作目标的困难程度越高。抑郁问卷得分和目标的控制感呈负相关,即抑郁水平越高,对工作目标的控制性越低。

4 讨论:影响大学毕业生工作目标的因素与就业指导

签约与否是影响工作目标建构的主要因素之一。前人研究发现<sup>[9]</sup>,就业后有关就业的目标就会增多,本研究再次证明已签约毕业生的工作目标个数比未签约毕业生的目标个数多,说明无论是已参加实际工作、还是在仅仅有工作签约的条件下,个体的就业目标都会多于那些没有工作(或没有工作签约)的人。研究还发现:已签约毕业生对工作目标的控制性要比未签约学生高,对工作目标的困难度评价也低。按班杜拉的观点,对行为的预期分为对结果的预期和对自我效能的预期,自我效能感和对结果的控制性是相关的。可以认为,当已签约毕业生对工作目标有了更加明确的把握后,自我效能感增加,工作目标困难度相对而言就会降低。另外,对目标的控制性和愉快感有很强的相关,目标的困难程度和压力感有很强的相关,这些结果说明已签约的毕业生

相对那些没有签约的毕业生,在就业问题上更加乐观。

另一方面,工作目标的多少也影响着签约。在两次调查中,有多于2个工作目标的被试比只有2个或1个工作目标的被试签约率都要高,说明那些积极建构就业目标的大学毕业生比起消极对待就业的毕业生有更多的签约机会。

学校类型,专业和是否签约存在显著的交互作用,说明学校类型和所学专业都是影响工作目标的因素。在第二次调查中,还发现综合学校的毕业生比职业学校毕业生的工作目标个数要多。从本研究的这些结果可以看出,学校类型通过影响学生工作目标的建构可以间接地影响学生的就业。

不同专业的毕业生对工作有不同的反应。理科生拥有的工作目标平均数目要比文科学生多,且工作目标在签约前后的变化要比文科生大,体现出理科生比文科生有更多的准备。但在就业以前,理科生的目标数目要比文科生少,就业之后,目标个数差异才体现出来。这和专业的性质是相关的:理科生在就业后,要求专业能力的发展拓宽,而文科生在就业后缺少增加自己工作能力的动力<sup>[10]</sup>。

时间因素对工作目标的影响是非常显著的,随着毕业离校时间的临近,工作目标的压力感增加了,同时对目标的控制性和重要性评价也有了显著的提高,但是工作目标的数量并没有显著的增加。说明在主观上,毕业生感受到了就业的

紧迫性和必要性,但是仍然不清楚如何做好有关的计划和打算,因此学校中的就业指导部门可以在这方面做些引导工作。

抑郁对毕业生工作目标的掌握和评价有着负面影响,抑郁情绪问卷得分越高的毕业生,把工作看得越困难,对工作目标的控制性就越低。一般而言,抑郁大学生害怕失败的体验,对自己的能力不自信,并且易于受外界环境的影响,认为自己无法控制自己。对他们而言,要把工作目标变成现实,需要自己额外的努力,而对努力是否就能成功仍然缺乏自信。这与已有研究<sup>[5,11]</sup>关于“心理健康影响目标认知”的观点是一致的。因而有关就业指导除了给予毕业生求职技巧上的帮助,还需要注意毕业生就业心理的健康。

总之,高校就业指导应充分考虑到大学毕业生的目标建构特点及其影响因素,根据不同学校、不同专业毕业生对于就业指导的不同要求,使就业指导符合学生的实际需要,在全面指导的同时要具有针对性;并根据毕业前夕不同时间阶段的要求,设立和调整就业指导的方式和内容。

5 结论

- 5.1 大学毕业生的目标建构(包括目标数量和维度评价)随着毕业时间的临近而有所变化。
- 5.2 大学毕业生的工作目标建构和是否有工作签约、学校类型及其所学专业有关。
- 5.3 大学毕业生的抑郁情绪和他们对工作目标的态度有着

负相关。

6 参考文献

1 张美兰,车宏生.目标设置理论及其新进展.心理学动态,1998,7(2);35—42

2 蒋京川,郭永正.动机的目标理论.心理科学进展,2003,11(6):635—641

3 袁纲.大学生就业心理分析.思想教育研究,2004,4;39—40

4 王永珍.大学毕业生就业意向的调查分析与思考.中国教育科学探究,2005,1;19—21

5 杨秀君.目标设置理论研究综述.心理科学,2004,27(1);153—155

6 李燕平,郭德俊.目标理论述评.应用心理学,1999,5(2);34—37

7 徐方忠,朱祖祥.目标倾向的理论研究述评.心理学探新,1999,19(72);6—11

8 Dickson·J· M Maclead· A· K· Approach and avoidance goals and plans; their relationship to anxiety and depression· Cognitive therapy and research, 28(32);415—432

9 Strong· J· Berg· C· A· Sansone· Goals for solving everyday problems across the life span; Age and gender differences in the salience of interpersonal concerns· Developmental Psychology, 1996, 32(6);1106—1115

10 谢怡.当前大学生就业分层现象探析——对某高校2001届毕业生的实证研究.学术论坛,2004,162(1);175—177

11 钟惠,李鸣.心理控制源于抑郁.心理科学,2004,27(1);171—174

A Study on the Working Goal Construction of College Students before Graduation

Yan Jianwen<sup>1</sup>, Jiang Yuejun<sup>2</sup>, Chen Chuanfeng<sup>2,3</sup>, Zhu Yajun<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> Center of Mental Health, Ningbo University, Ningbo, 315211)(<sup>2</sup> Center of Education, Ningbo University, Ningbo, 315211)

(<sup>3</sup> Editorial board of Journal, Ningbo University, Ningbo, 315211)

**Abstract** Little's Personal Project Analysis was used to explore the construction of working goals based on a sample of 396 students from different colleges and majors before graduation. The results indicated that the number of working goals was decreasing, while both control and pressure of working goals were increasing with the approach of graduation; whether or not students have signed on their job, their majors, and college types all significantly influenced the working goal construction. The authors suggest that career development guidance should well consider the characteristics of students' working goal construction.

**Key words:** college graduates, working goal, goal construction