

• 论 著 • (发展心理)

应激事件对临考大学生学习投入的影响:心理弹性的缓冲作用*

尹忠泽^① 孙明月^① 梁腾飞^②

①中国·山西师范大学教师教育学院(山西临汾) 041004 E-mail:448524401@qq.com ②辽宁师范大学脑与认知神经科学研究中心

【摘 要】 目的:探讨应激性生活事件对考前大学生学习投入的影响,并检验大学生的心理弹性水平在其中的缓冲作用。方法:应用学习投入量表、青少年生活事件量表(ASLEC)及心理弹性量表对 516 名大学生进行问卷调查。结果:应激性生活事件能够显著负性影响其学习投入($\beta=-0.259, P<0.001$);大学生的心理弹性能够缓冲应激性生活事件对其学习投入的负性影响($\beta=-0.145, P<0.001$),低心理弹性的大学生则没有缓冲作用。结论:应激性生活事件对考前大学生学习投入有消极的影响,提高大学生的心理弹性水平有助于缓冲这种负性的影响作用。

【关键词】 大学生;应激性生活事件;心理弹性;学习投入

中图分类号:R395.9 文献标识码:A 文章编号:1005-1252(2016)04-0618-04

doi:10.13342/j.cnki.cjhp.2016.04.037

The Influence of Stress Life Events on College Students' Study Engagement:

The Moderate Effect of Mental Resilience

Yin Zhongze, Sun Mingyue, Liang Tengfei

School of Psychology, Shanxi Normal University, Linfen 041004, China

【Abstract】 Objective: To explore the influence of stress life events on college students' study engagement and the moderate effect of mental resilience. Methods: In 2 colleges, 516 college students were surveyed with Mental Resilience Scale, Adolescent Self-Rating Life Events Check List (ASLEC) and Study Engagement Scale. Results: After controlling the demographic variables, stress life events had significant prediction effects on study engagement. Mental resilience had a moderate effect on this kind of influence ($\beta=-0.259, P<0.001$). Conclusion: Stressful life events' negative impact on students' study engagement should be avoided. The improvement of the college students' mental resilience can help to cushion this kind of negative effect.

【Key words】 College students; Stress life events; Mental resilience; Study engagement

(下转第 619 页)

(上接第 617 页)

床决策论坛版), 2009, 30(11): 78-80

[5] 罗京滨, 曾峥. 贫困大学生自我和谐与自尊的调查分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2006, 14(5): 586-587

[6] 肖圣龙. 某医科院校医学生心理卫生状况调查分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2007, 15(12): 1062-1064

[7] Marie Dahlin, Nils Joneborg, Bo Runeson. Stress and depression among medical students: A cross-sectional study[J]. Medical Education, 2005, 6: 594-604

[8] 李俊娇, 王维丹. 医学生与非医学生压力、应付方式与社会支持[J]. 中国健康心理学杂志, 2013, 21(4): 606-608

[9] 陈晶, 魏敏, 戴红芳, 等. 亚健康大学生中医体质现状调查[J]. 中国公共卫生, 2011, 27(11): 1488-1489

[10] 杜召云. 1734 名大学生 Beck 抑郁自评问卷调查分析[J]. 中国医学伦理学, 1995, 8(1): 18-20

[11] 王琦. 9 种基本中医体质类型的分类及其诊断表述依据[J]. 北

京中医药大学学报, 2005, 28(4): 1-8

[12] 薛崇成, 杨秋莉. 五态性格测验手册[M]. 北京: 中国中医研究院, 1988: 10-11, 35-35, 54-55

[13] 陈建新, 吕淑云, 杨超. 抑郁症患者临床特征的性别差异[J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 10(6): 99-100

[14] 谭曦, 张靖, 吴朝阳, 等. 大学生抑郁倾向的特点及中医心理干预[J]. 吉林中医药, 2010, 30(9): 741-744

[15] 谭曦, 杨秋莉, 杜渐, 等. 阅下抑郁人群团体中医心理干预方案构建[J]. 中医杂志, 2012, 53(24): 2087-2089

[16] 潘芳, 张红静, 芦宗玉, 等. 1000 例不同专业大学生人格测试分析[J]. 山东中医药大学学报, 2011, 25(5): 36-40

[17] 郭燕, 唐平. 医科大学生毕业前夕心理健康状况调查分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2007, 15(12): 1083-1084

[18] 谭曦, 张靖, 杨秋莉, 等. 阅下抑郁的中医心理干预及其作用机制研究[J]. 中国全科医学, 2013, 16(28): 2649-2651

(收稿时间: 2015-10-24)

* 基金项目: 山西省 13.5 规划课题研究成果之一(编号: GH-12024)

学习投入是指个体将自己的情绪以及认知资源注入到学习活动中,并保持一种持续不断的状态过程,包括情绪投入(Emotional engagement)、行为投入(Behavioral engagement)和认知投入(Cognitive) 3 个独立成分^[1]。行为投入指个体在具体的行为活动上不断参加在校期间的学业或非学业活动的过程。情绪投入(又称情感投入)指对学业任务或与学习活动相关的他人(如老师和同学)的积极情感反应及对学校的归属情感。认知投入是一种“思维训练”(Exercise of thinking),包括学生在学习活动中使用的认知策略和心理资源^[2]。Salanova 等的研究表明,学习投入与个体的学业成就之间呈正相关,即学生的学习投入越高,其学业成绩就越好^[3]。因此,有必要进一步探讨影响学生学习投入的内部心理因素以及外部环境因素。

对于外部因素,Branko 等人发现,大学生所经历的应激性事件,会影响到他们的学习倦怠^[4],而张智等人的数据则显示,学习倦怠中的讥诮、低成就感和耗竭因子对大学生的学习投入有着显著的负向预测作用^[5]。因此,有理由认为大学生在生活中所经历的应激性事件能够通过影响其学习倦怠,而间接地影响其学习投入。据此笔者提出本研究的假设 1,应激性生活事件能够显著的影响临考大学生的学习投入。但基于经验可知,并不是所有的大学生经历了应激性生活事件后,其学习投入行为都会受到很明显的影 响,有些甚至会成为一种激励因素。笔者认为这种现实的反差可能由于个体内部的一些心理成分在起着缓冲作用。同时已有研究结果发现,对于大学生心理弹性的改善将有助于其心理健康水平的提高^[6]以及前瞻适应的改善^[7],并且大学生的心理弹性有部分中介作用对其学习投入^[8]。那么心理弹性这种积极的心理机制能否缓冲应激性生活事件对临考大学生学习投入行为的消极影响呢,据此笔者提出本研究的假设 2,心理弹性能够缓冲应激性生活事件对临考大学生学习投入行为的消极影响。

1 对象与方法

1.1 对象

采用整群抽样的方法,抽取新乡市 3 所高校考前大学生 570 名进行量表施测,因考虑大四学生基本上都在实习或离校,并不面临考试,因此只选取大一到大三的学生。在取得相应班级的辅导员或专业课老师的配合及学生本人的同意后采用标准程序进行施测。剔除一些未全部作答的问卷后剩余 516 份(90.52%)。其中男生 244 名(47.28%),女生 272 名(52.71%);一年级 187 名,二年级 170 名,三年级

159 名。

1.2 方法

1.2.1 青少年生活事件量表(Adolescent Self-Rating Life Events Check List, ASLEC) 应激事件的测量采用刘贤臣编制的青少年生活事件量表^[9],该量表由 27 项可能给青少年带来心理反应的负性生活事件构成,采用 6 级评分,1 分等级最小,6 分等级最大,得分越高表示大学生所经历的应激事件越多。本量表适用于青少年特别是中学生和大学生生活应激事件的评定^[4]。在此次结果所得 α 系数为 0.85,重测信度为 0.69。

1.2.2 心理弹性量表 该量表由 Wagnild 和 Young 编制而成^[10],范方修订了中文版^[11]。全部量表共 25 个题目,采用 7 点式计分,从“7=完全同意”到“1=完全不同意”。心理弹性由全部条目的总分相加而得,得分越高表示大学生的心理弹性水平越高。Wagnild 等的研究表明,心理弹性量表适用于青少年群体^[10],修订版在国内已有应用^[11]。在本研究中,该量表的 α 系数为 0.94。

1.2.3 学习投入量表 运用 Schaufeli 等编制的学习投入量表来测量考前大学生的学习投入情况^[12]。该量表共由 17 个题目组成,采用标准的 7 级记分,从“7=完全同意”到“1=完全不同意”。量表分 3 个维度:活力、奉献和专注,也可算总分,以此来测量学生综合的学习投入水平。分数越高,表明个体对学习的投入就越多。方来坛等的研究表明,该量表的内部一致性信度在 0.82~0.95 之间,相关系数显著,并在 0.76~0.77 之间,项目荷载在 0.42~0.81 之间,具有较好的拟合指标^[12]。

1.3 统计处理

数据录入及统计分析用 SPSS 17.0,主要技术有偏相关分析,多重回归分析以及简单斜率检验。

2 结 果

2.1 考前大学生应激事件、心理弹性与学习投入的偏相关

利用偏相关分析考前大学生应激事件、心理弹性与学习投入的纯相关关系。本研究将数据里的人口学变量影响全部作为控制变量。由表 1 可得,考前大学生的应激事件、心理弹性与学习投入的偏相关显著,因此可以进一步考察心理弹性在应激事件对大学生学习投入的影响中的缓冲作用。

2.2 考前大学生心理弹性对应激事件影响其学习投入的缓冲作用

结合国内的已有文献所使用的调节效应的统计分析方法^[13],见表 2。首先将控制变量纳入回归方程的第一层,结果显示,年级和专业性质对学习投入

有显著影响。随后将中心化处理的心理弹性以及应激事件变量纳入回归方程的第二层,结果显示中心化处理的心理弹性以及应激事件对学习投入的预测效应显著,其中心理弹性能显著正向预测考前大学生的学习投入,应激事件能显著负向预测考前大学生的学习投入,回归方程所解释的变异量增加了 30.2%。接下来将中心化处理的心理弹性与应激事件的交互项 XM 作为第三层调节变量纳入回归方程,结果显示心理弹性与应激事件以及他们的交互项 XM 对考前大学生的学习投入都有显著预测作用,方程解释的变异量也增加了 2%。多重共线性检验 VIF 的值都小于 2,因此在允许的范围内,说明进入回归模型的各变量不存在严重的多重共线性问题,回归结果是可以接受的。

表 1 应激事件、心理弹性与学习投入的偏相关(r)

控制变量	应激事件	心理弹性
性别、年级、年龄、专业性质	学习投入	-0.413*** 0.504***

注: * $P < 0.05$; ** $P < 0.01$; *** $P < 0.001$,下同

表 2 心理弹性调节应激事件对学习投入的分层回归分析

变 量	第一层		第二层		第三层	
	SE	β	SE	β	SE	β
性 别	0.063	0.004	0.063	0.029	0.063	0.017
年 级	0.032	0.111**	0.033	0.136**	0.033	0.128**
年 龄	0.046	-0.006	0.046	0.041	0.046	0.048
专业性质	0.052	-0.135**	0.052	-0.118**	0.052	-0.113**
心理弹性			0.072	0.402***	0.072	0.408***
应激事件			0.044	-0.259***	0.045	-0.237***
XM					0.043	0.145***
R ²	0.036		0.338		0.358	
F	4.805**		43.266***		40.461***	
ΔR^2	0.036		0.302		0.020	

注: $n=516$, 性别、专业性质为虚拟变量, 女生=1, 男生=2, 文史政法=1, 理工医=2

为了用图画更直观地揭示调节作用的实质,以心理弹性的正负一个标准差为界限,将大学生的心理弹性分为高心理弹性大学生以及低心理弹性大学生两组,并进行简单斜率检验^[14]。检验结果发现,当心理弹性低时,应激事件对学习投入的负面消极作用影响较强($\beta=-0.486$, $P=0.001$);而当心理弹性高时,应激事件对学习投入的负面消极作用影响不显著;符合心理缓冲模型,见图 1。

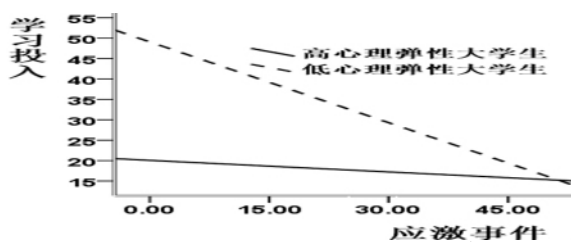


图 1 心理弹性对应激事件影响学习投入的调节作用

3 讨 论

本研究通过实证分析证实,应激性生活事件能够显著的影响临考大学生的学习投入行为。因此,社会、学校及家庭必须充分的关注那些可能影响学生学习及心理健康的应激性生活事件,尽量减少这种外部的不必要伤害。同时本研究结果也发现,心理弹性能够缓冲应激性生活事件对临考大学生学习投入行为的消极影响。这为社会、学校、家庭以及大学生本人能动地降低应激性生活事件对学生学习投入行为的消极影响提供了科学的指导。因此,对于增加大学生的学习投入这一积极性的行为,大学生本人以及外界相关人员可以从两个方面同时着手:一方面应尽量减少临考大学生所遭遇的应激性生活事件;另一方面,如果这种外界的不可控因素无法避免,大学生本人以及外界相关人员也可以通过提高大学生本人的心理弹性来缓冲应激性生活事件对学生学习投入行为的消极影响。

在有效地提高大学生的心理弹性水平这方面,国内已取得一些有效的研究成果。熊庆秋等通过对低心理弹性水平的高师专科生系统的心理干预发现,团体心理辅导能够有效的提高大学生的心理弹性状况^[15]。因此,学校或相关教育部门可以开发一些积极心理学理念下的团体心理辅导课程,并在高校以及中小学中推广,从而把积极主动的提高学生的心理弹性水平变为一种常规性的课程。此外,刘勉等也得出,导师的指导行为是研究生心理健康的重要外部影响因素,对于培养研究生心理韧性意义重大^[16]。笔者基于此研究结果推论,大学辅导员以及中小学的班主任在培养学生的心理弹性方面可以发挥着与研究生导师重要的作用。

参考文献

- [1] Fredricks J A, Blumenfeld P C, Paris A H. School engagement: Potential of the concept, state of the evidence[J]. Review of Educational Research, 2004, 74: 59-109
- [2] Ravindran B, Greene B A, De Backer T. K. Predicting preserver teachers' cognitive engagement with goals and etymological beliefs [J]. Journal of Educational Research, 2005, 98: 222-232
- [3] Salanova M, Schaufel W B, Martinez I M, et al. How obstacles and facilitators predict academic performance: The mediating role of study burnout and engagement[J]. Anxiety, Stress and Coping, 2010, 23: 53-70
- [4] Slivar Branko. The syndrome of burnout, self-image, and anxiety with grammar school students[J]. Horizons of Psychology, 2001, 10(2): 21-32
- [5] 张智, 陈镇雄, 乔粉, 等. 大学生应对效能、学习倦怠与学习投入的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(3): 282-284
- [6] 陈福侠, 樊富珉. 大学新生学校适应、心理弹性与心理健康的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 23(12): 1894-1896
- [7] 崔文香, 顾颜, 史沙沙, 等. 朝鲜族留守初中生生活事件心理韧性

• 论 著 • (发展心理)

近 3 年某军校复试研究生心理健康水平追踪分析*

鲁娟^① 阮昕敏^② 林志永^{②△}

①中国·第二军医大学训练部(上海) 200433 E-mail:lujuan506@sina.com ②第二军医大学研究生院 △通讯作者

【摘 要】 目的:追踪分析复试研究生的心理水平,以期提高研究生的入学质量,完善入校后心理健康教育。方法:以某军校为例,应用症状自评量表(SCL-90)对其 2013 年、2014 年、2015 年所有复试硕士研究生进行测试。结果:近 3 年该校复试研究生 SCL-90 的抑郁、焦虑、敌意、妄想、睡眠饮食因子及总均分有统计学差异($F=3.133, 5.813, 3.311, 3.824, 5.194, 3.753; P<0.05$)。SNK 检验显示,2013 年复试研究生的焦虑因子(1.20)、敌意因子(1.12)、妄想因子(1.12)、睡眠饮食因子(1.20)和 SCL-90 总均分(1.15)得分均高于 2015 年和 2014 年。结论:研究生复试中增加心理测试能够早期识别有心理问题的学生,为开展研究生心理健康教育提供基线数据和参考资料;军校复试研究生总体心理素质较好,心理水平呈现逐年增高的趋势。

【关键词】 军校;复试;研究生;心理健康水平;追踪分析

中图分类号:R395.9,B844 文献标识码:A 文章编号:1005-1252(2016)04-0621-04

doi:10.13342/j.cnki.cjhp.2016.04.038

Continual Analyses of Psychological Health of Postgraduates Participating in
Reexamination in Military University in Recent Three Years

Lu Juan, Ruan Xinmin, Lin Zhiyong

Training Ministry of Second Military Medical University, Shanghai 200433, China

【Abstract】 **Objective:** To continually analyze the psychological health of postgraduates participating in reexamination in Military University to advance the quality of graduate admissions and improve psychological health education on campus. **Methods:** Taken the military university for example, all the postgraduates participating in master reexamination in 2013, 2014, 2015 were surveyed with Symptom Checklist 90 (SCL-90). **Results:** It showed statistical significance among the scores of depression, anxiety, hostility, diet and sleep factors and the total score of the postgraduates in recent three years ($F=3.133, 5.813, 3.311, 3.824, 5.194, 3.753; P<0.05$). Further SNK showed that the scores of anxiety, hostility, diet and sleep factors and the total score of the postgraduates in 2013 were all higher than those in 2014 and 2015. **Conclusion:** It can early recognize the postgraduates with psychological symptoms that adding psychological test to the postgraduate reexamination, which can put forward baseline data and reference materials to promote psychological health education of postgraduates. Postgraduates participating in reexamination in Military University generally have good psychological health, which go up continually in recent years.

【Key words】 Military university; Reexamination; Postgraduates; Psychological health; Continual analysis

(下转第 622 页)

(上接第 620 页)

与前瞻适应的关系[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(1): 69-72

[8] 吕良成. 大学生感恩、心理弹性、学习投入现状及其关系的研究[D]. 曲阜: 曲阜师范大学, 2012

[9] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 55-66

[10] Wagnild G M, Young H M. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale[J]. Journal of Nursing Measurement, 1993, 1(2): 165-178

[11] 范方. 留守儿童焦虑/抑郁情绪的心理社会因素及心理弹性发展方案初步研究[D]. 长沙: 中南大学, 2008

[12] 方来坛, 时勘, 张风华. 中文版学习投入量表的信效度研究[J].

中国临床心理学杂志, 2008, 16(6): 618-620

[13] 梁腾飞, 郑洪冰. 同伴接纳对学业成就的影响: 补偿及有调节的中介效应[J]. 心理研究, 2014, 7(6): 91-96

[14] Dearing E, & Hamilton L C. Contemporary advances and classic advice for analyzing mediating and moderating variables[J]. Monographs of the Society for Research in Child Development, 2006, 71: 88-104

[15] 熊庆秋. 团体辅导提升高师专科生心理弹性的研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(9): 1136-1138

[16] 刘勉, 赵静波. 心理韧性在导师指导行为对研究生心理健康影响的中介作用[J]. 中国学校卫生, 2014, 35(8): 1170-1174

(收稿时间: 2015-10-27)

* 基金项目: 2013 年上海市教育科学规划项目“上海市医科研究生创新能力培养的有效途径研究”(编号: B13029); 2014 年度第二军医大学博士后科研课题(A 类资助)