

分类号 C916  
收藏编号  
学校代码 10386



密级 公开  
学号 192925007  
编号

福州大学

社会工作硕士专业学位研究生学位（毕业）论文

（实务研究）

农村男青年择偶自卑心理问题调查及  
社工介入个案研究

研究方向： 家庭社会工作  
研究生姓名： 陈志坚  
指导教师、职称： 白丽英 教授  
所在学院： 人文社会科学学院  
答辩委员会主席签名： 童敏 教授

二〇二二年六月

# 农村男青年择偶自卑心理问题调查及 社工介入个案研究

## 摘 要

农村地区男青年所能支配的资源相对不足，再加上出生性别差异的不断加大，造成了性别比例的失衡，加剧了婚姻资源的争夺。再者，从近年比较流行的ABCD男女配对理论来看，农村男青年可以说处于择偶链条的“底端”，使得不少农村男青年面临越来越明显的择偶难题和困境。近年来，也有媒体报道了在一些地方还出现了所谓“光棍村”、“光棍镇”的现象。可以看出，农村未婚男青年的婚姻择偶问题已经引起了社会更多的重视，值得我们进一步深入研究。

受各种因素影响，农村男青年在择偶方面的信心越来越受打击，不少或多少的存在择偶自卑心理问题。本研究从农村男青年择偶困境出发，通过社会工作的视角，聚焦自卑心理问题展开调查研究。首先，选取阳江市江城区A镇200多名未婚男青年开展调查研究，通过《自卑感量表（FIS）》对其自卑程度进行测量，并选取部分对象进行访谈，深入分析造成农村男青年择偶自卑心理问题的原因；其次，本研究以一名农村男青年择偶自卑心理问题为切入口，通过个案社会工作介入服务的实务研究，探索社会工作介入农村男青年择偶自卑心理问题的有效路径和方法，并提出一些有针对性意义的对策和建议，为社会工作介入农村男青年择偶自卑心理问题积累一定的实践经验。

研究发现，年龄、独生子女、学历、收入等都是影响农村男青年择偶自卑问题的重要因素。年龄越大、学历越低、收入越少，自卑程度越高，反之则越低；独生子女自卑程度明显比非独生子女低；同时，研究发现，由于家庭结构而造成的家庭财富分配也成为了影响农村男青年择偶自卑心理的重要家庭因素，农村婚姻市场现状是造成农村男青年择偶自卑心理的重要社会因素。从《自卑感量表（FIS）》测量结果来看，农村男青年在社交自信、学习能力维度的自卑程度明显高于自尊、外貌、体能维度。个案介入后，案主的自卑感分值明显下降，较好帮助案主走出择偶困境、减轻自卑心理。最后，进一步从个人、家庭和社会三个层面，提出了应对农村男青年择偶自卑心理问题的对策建议。

**关键词：**农村男青年；择偶；自卑；个案工作

# **Investigation on the inferiority complex of rural male youth in mate selection and a case study of social work intervention**

## **Abstract**

The relatively insufficient resources that young men in rural areas can control, coupled with the increasing gender differences at birth, have caused the imbalance of gender ratio and intensified the competition for marriage resources. Moreover, according to the more popular ABCD theory of male female pairing in recent years, rural male youth can be said to be at the "bottom" of the mate selection chain, which makes many rural male youth face more and more obvious mate selection problems and difficulties. In recent years, some media have reported that there are so-called "Bachelor villages" and "Bachelor towns" in some places. It can be seen that the marriage choice of unmarried young men in rural areas has attracted more attention from the society, which is worthy of our further in-depth study.

Influenced by various factors, the confidence of rural male youth in mate selection is more and more hit, and many of them have more or less inferiority complex in mate selection. From the perspective of social work, this study focuses on the psychological problems of inferiority complex. First of all, more than 200 unmarried young men in a town, Jiangcheng District, Yangjiang City were selected for investigation and research. Their inferiority complex was measured by the inferiority complex scale (FIS), and some of them were interviewed to deeply analyze the reasons for the inferiority complex of rural young men in mate selection; Secondly, this study takes a rural male youth's inferiority complex in mate selection as the cut-off point, through the practical research of case social work intervention service, explores the effective ways and methods of social work intervention in the psychological problem of mate selection inferiority complex of rural male youth, and puts forward some targeted countermeasures and suggestions, so as to accumulate some practical experience for social work intervention in the psychological problem of mate selection inferiority complex of rural male youth.

The study found that age, only child, educational background and income are all important factors affecting the inferiority complex of rural male youth in mate selection. The older the age, the lower the educational background, the less the

income, the higher the self abasement, and vice versa; The self abasement level of the only child was significantly lower than that of the non only child; At the same time, the study found that the distribution of family wealth caused by family structure has also become an important family factor affecting the inferiority complex of rural male youth in mate selection. The current situation of rural marriage market is an important social factor causing the inferiority complex of rural male youth in mate selection. According to the measurement results of the inferiority scale (FIS), the inferiority of rural male youth in the dimensions of social self-confidence and learning ability is significantly higher than that in the dimensions of self-esteem, appearance and physical ability. After the intervention of the case, the self abasement score of the case owner decreased significantly, which can better help the case owner out of the dilemma of mate selection and reduce the self abasement. Finally, further from the personal, family and social levels, this paper puts forward countermeasures and suggestions to deal with the inferiority complex of rural male youth in mate selection.

**Key words: Rural young ; Menate selection ; Inferiority complex; Case study**

## 目 录

第一章 绪论.....	1
1.1 研究背景.....	1
1.2 研究意义.....	2
1.2.1 理论意义.....	2
1.2.2 实践意义.....	2
1.3 文献综述.....	2
1.3.1 国外研究.....	2
1.3.2 国内研究.....	5
1.3.3 研究述评.....	8
第二章 理论基础 .....	9
2.1 相关概念界定.....	9
2.1.1 农村男青年.....	9
2.1.2 自卑心理.....	9
2.2 指导理论.....	9
2.2.1 优势视角理论.....	9
2.2.2 社会支持理论.....	10
第三章 研究设计 .....	11
3.1 研究对象.....	11
3.2 研究目标.....	11
3.3 研究思路.....	11
3.4 研究方法.....	12
3.4.1 参与观察法.....	12
3.4.2 问卷调查法.....	13
3.4.3 访谈法.....	13
3.5 本研究创新之处.....	13
第四章 农村男青年择偶自卑心理现状调查及分析 .....	14
4.1 样本基本情况及统计分析 .....	14
4.1.1 样本基本情况描述.....	14
4.1.2 各维度的总体分析.....	15
4.1.3 各变量的方差分析.....	16
4.2 结果分析与讨论.....	20
4.2.1 农村男青年择偶自卑心理现状分析.....	20
4.2.2 农村男青年择偶自卑心理问题成因.....	22
第五章 个案社会工作介入 .....	26

5.1 个案社会工作的工作过程 .....	26
5.2 案主基本情况及其代表性 .....	26
5.2.1 案主基本情况.....	26
5.2.2 案主的代表性.....	27
5.3 个案工作介入过程.....	28
5.3.1 接案与建立关系阶段.....	28
5.3.2 收集资料与问题判断阶段.....	28
5.3.3 制定目标和工作计划.....	31
5.3.4 服务计划的实施.....	31
5.3.5 结案和评估阶段.....	39
5.3.6 回访 .....	39
第六章 农村男青年择偶自卑心理的对策研究 .....	41
6.1 个人层面.....	41
6.2 家庭层面.....	42
6.3 社会层面.....	43
第七章 反思与展望 .....	44
7.1 反思.....	44
7.2 展望.....	44
参考文献.....	46
附录:《自卑感量表》(FIS).....	49

# 第一章 绪 论

## 1.1 研究背景

当前,我国已经如期完成脱贫攻坚战的目标任务,正在大力推进巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接。在这一过程中,农村青年发挥着越来越重要的作用,是乡村振兴战略实施的主要力量群体。随着我国农村青年外出务工人口逐年增多、以及新农村建设和城乡一体化进程的加快,农村青年婚姻呈现婚姻自主权提高与婚姻观念开放化和多元化的趋势。同时,受各方面因素影响,农村男青年在择偶婚恋方面正面临着越来越多的问题,需要引起我们的关注。

从ABCD男女搭配论出发,A男-B女,B男-C女,C男-D女,剩下的A女与D男就是一定程度上的单身,按照上述配对理论,相较于城市青年而言,欠发达地区农村男青年所能支配的社会资源较为短缺、自身拥有的条件也相对差距较大,可以说就是D男,其择偶婚恋处于非常尴尬的局面、也面临着更大的困难。

从当前出生性别来看,差异正在持续加大,造成区域性别比例严重失衡,带来了婚姻竞争的加剧,使得不少农村男青年不得不面对择偶难题。第七次全国人口普查报告显示,我国男性总人口比女性人口多出3490万人,总人口性别比为105.07<sup>①</sup>,这表明在人口性别比偏高的情况下,在婚育期的人群中,每20个男性中找不到配偶的就将有1个,而农村地区的总人口性别比高达107.91,明显要比全国平均水平高。

由此可见,农村男青年在资源支配、自身条件等方面是明显处于弱势的,而且农村地区的性别比例也要远高于城市,农村男青年正面临着越来越大的择偶压力,处于择偶困境当中。

择偶困境往往是宏观和微观多种因素造成的。因此,择偶难问题不仅是农村男青年的个人家庭问题,在一定程度上已成为社会性问题。为更好促进农村男青年健康发展与社会和谐稳定,必须要对农村男青年择偶问题加以关注,并采取切实可行的措施帮助他们完成个体社会化,解决其走出择偶困境。

影响农村男青年择偶的因素中,既包括外貌、心理、性格、经历、学历、职业、经济收入、能力水平等个体内在因素,也包括家庭、社会等外部因素。其中,心理因素对人的行为有着重要影响以及直接支配意义。而心理因素中的自卑问题,更是一个综合性的因素,与内在因素和外部因素皆有较大的关联,对农村男青年择偶的心理影响较大,进而影响其择偶观以及择偶行为,造成更大的择偶困

<sup>①</sup> 国家统计局. 第七次全国人口普查公报(第四号)[R]. 2021-05-11. [http://www.stats.gov.cn/tjsj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202106/t20210628\\_1818823.html](http://www.stats.gov.cn/tjsj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202106/t20210628_1818823.html).

境。因此，针对农村青年择偶自卑心理的研究是非常有必要的。

## 1.2 研究意义

### 1.2.1 理论意义

本研究方向立足于社会工作、社会学、心理学等各个专业领域的有关学科基础理论，全方面、多角度对农村男青年面临的择偶自卑心理问题进行实证分析，有助于丰富学界关于农村青年的婚恋理论研究。同时，本研究从微观层面切入，通过问卷调查、访谈和个案介入，聚焦农村未婚男青年择偶自卑心理问题展开研究，在一定程度上为社会工作介入我国农村家庭问题与婚姻问题提供理论借鉴。

### 1.2.2 实践意义

本研究通过个案社会工作的实务干预，验证个案社会工作介入农村男青年择偶自卑心理的适用性，探索提出社会工作介入农村男青年择偶自卑心理的有效方法和途径，减缓农村男青年的婚配压力，并尽力为其构建全面的社会支持系统，为社会工作介入农村男青年择偶自卑心理问题提供可推广使用的对策建议。同时，幸福美好的婚姻家庭，是全社会和谐稳定的重要基础和前提，本研究对于有关部门进一步加深对农村青年择偶问题的认识具有一定的促进作用，并且可以在某种程度上为完善相关政策措施提供思路以及对策建议，更好促进农村家庭和谐稳定以及乡村振兴战略的全面实施。

## 1.3 文献综述

### 1.3.1 国外研究

#### （1）关于自卑的研究

心理学家 Adler（2020）主要从自卑感和内隐自卑感的心理状态两方面来研究自卑心理问题，并提出了自卑心理是指个体觉得自我比他人更差的消极情绪，而造成这一心态形成的因素较多，如个体意识到自身器官的不健全、孩子们对成人世界的依赖性、以及个人无法实现理想标准等；而内隐自卑则是由自卑感长时间积累并最终内化所产生的自卑感情结，而这些自卑感情结对个人言行产生了很大的负面影响<sup>①</sup>。并且，Adler 强调，每个个体都存在一种自卑的感觉，或许正

<sup>①</sup> 阿尔弗雷德·阿德勒著(Alfred Adler).自卑与超越[M].陕西:陕西师范大学出版社, 2020.



感受着自卑所带来的紧张感，并寄希望于通过改变现状来消除这种不适感。英国心理学家 Fennel（2001）认为，自卑是具有消极意义的自我认同感，包括认为自己不优秀、不完善，否定个人能力，做事亦步亦趋，对个人行为实行严格的评价标准，缺乏幸福感等<sup>①</sup>。亦有学者在研究过程中，将自卑心态等同于低自尊及低自我概念，如 Leach 与 Burleson（2005）<sup>②</sup>。总的来说，自卑就是个体在与别人对比中产生的一种“低人一等”的心理，并由此带来行为上的不自信的一种状态。

## （2）关于自卑感测量的研究

Fleming 与 Courtney 所修订的自卑感量表，又称缺陷感量表，这一测试量表曾经在 1984 年进行了二次修正；该量表一共由五个维度所构成，满分为 7 点评分，共 36 个题目；测验所得的分数越高，则代表被测试者的自卑心理越强，分数越低则代表自卑心理越弱。Herbert Sorenso 编写了自卑感测验，这个测验共包括 22 个问题，有“是”以及“否”两个选择；选择“是”记 1 分，“否”则记 0 分；测验分数越高，则说明了被测验人的自卑心理越强，而分数越低，则自卑心理越弱。

## （3）关于择偶的研究

Nansook Park（2021）等从性格品质方面切入，通过研究发现，人们更倾向选择富有想象力与创造力、人际交往能力强、自立自强的人成为配偶，并且十分关注彼此之间是否具备相互吸引力<sup>③</sup>。Cseh（2020）等人研究发现男性和女性的社会地位是否匹配、所拥有的社会资源是否相当是影响二人婚恋稳固的关键性因素，对其二人是否决定结婚产生重要影响<sup>④</sup>。Perilloux（2011）等学者对孩子与父母对于新的家庭成员应具备的择偶条件以及期望的方向进行研究，得出结论：父母较为关注子女配偶的家务处理能力、财务管理能力以及身体健康状态等特质，而孩子则更加看重配偶在生理与人格方面的吸引力<sup>⑤</sup>。Salts, Connie J（1994）等人的研究发现在择偶与婚姻态度方面，女生相较于男生而言更加积极<sup>⑥</sup>。

<sup>①</sup> Melanie J.V.Fennell.战胜自卑[M].周晓林等译.北京:中国轻工业出版社, 2001.

<sup>②</sup> Burleson Kathryn, Leach Colin Wayne, Harrington David M. Upward Social Comparison and Self-concept: Inspiration and Inferiority among Art Studies in an Advance Programme. British Journal of Social Psychology, 2005.

<sup>③</sup> Nansook Park. Classifying and Measuring Strengths of Character[J]. The Oxford Handbook of Positive Psychology (3rd edn), 2021..

<sup>④</sup> Cseh, A. Heeger, K. "The stable marriage problem with ties and restricted edges." Discrete Optimization, 2020(1):571-582.

<sup>⑤</sup> Perilloux, C, Fleischman, D. S. & Buss, D. M. Meet the parents: Parent-offspring convergence and divergence in mate preferences. Personality and Individual Differences, 2011:253-258.

<sup>⑥</sup> Salts, Connie J, Seismore, Melisa D, Lindholm, Byron W, Smith & Thomas. Attitudes Toward marriage and premarital sexual activity of college freshmen[J]. Adolescence, 1994, 29(116):775-779.

Oppenheimer (2019) 认为, 由于当前女性的知识文化水平与社会经济水平处于提升趋势, 男女社会经济地位的差距将逐渐缩小, 男性在社会中不再始终处于支配地位或主导地位, 因此, 男性与女性的择偶标准也将逐渐趋同化<sup>①</sup>。总的来说, 关于择偶方面的研究还是比较丰富的, 对择偶标准的影响也是比较多元化的, 既有个体性别不同造成择偶倾向的差异, 也有父母与子女间观念不同造成择偶倾向的差异, 可以说, 择偶的最终结果是一个综合平衡后的结果。

#### (4) 关于择偶理论的研究

互补需要理论。该理论由 Robert Winch (1958) 提出, 他认为, 择偶是个体其中一种的心理需求, 为满足这种心理上的需求, 个体在寻求配偶时, 会更加偏向于找那些与自身人格特质具有互补关系的人, 而不是特质同一的配偶, 在此条件下形成的婚恋关系将会更加稳定长久<sup>②</sup>。

同类匹配理论。该理论由 William J. Goode (1959) 提出, 其核心观念与互补需要理论截然对立, 它强调了人类在挑选伴侣的过程中, 会选择兴趣、经济水平、家世背景、受教育程度、年龄、种族、价值观、社会地位等与自身具有同一性的异性作为自己的配偶。<sup>③</sup>

“父母偶像”理论。该理论由 Freud (1986) 提出, 该理论指出, 男性由于受“恋母情结”的限制, 在挑选配偶的时候, 会更加倾向性于挑选具有其母亲相同特质的女性; 而女性受“恋父情结”的限制, 在挑选同伴的时候, 更会倾向于挑选拥有与其父亲相同特质的男性<sup>④</sup>。“父母偶像”理论尤其强调先天生理与心理因素对个体择偶产生的关键影响, 但其忽略了社会化对个性发展的意义。

社会交换理论。该理论也被称做资源交换理论, 由 Edward (1969) 首先提出, 在理性经济人的假设下, 从本质而言, 择偶行为是等价交换的经济行为, 而择偶过程中的互动则是双方的经济博弈, 双方将自身的资源与对方交换, 从而获得最大收益<sup>⑤</sup>。

择偶梯度理论。该理论的代表人物 Leslie (1982) 指出, 人们在择偶过程中, 男人对于经济社会地位或者受高等教育程度都与自身相近的甚至稍低自身的女人, 往往偏向更大; 而女人在择偶的过程中, 则会更多偏向于选择在各方面都和自身条件相差不多, 或比自身条件更为优越的男人为伴侣, 从而出现了一种男人择偶向下找、而女人择偶则向上找的“男高女低”的搭配模式<sup>⑥</sup>。

<sup>①</sup> Grady Klein, Danny Oppenheimer 著.图解心理学[M].徐玥, 郭景瑶译.北京: 电子工业出版社, 2019.

<sup>②</sup> Winch, Robert F..Mate-selection; a study of complementary needs.[J].Oxford, 1958.

<sup>③</sup> Goode, W.J., The Theoretical Importance of Love.[J]American Sociological Review, 1959.

<sup>④</sup> 爱情心理学[M].(奥)弗洛伊德(Freud, S·)著, 林克明译.作家出版社, 1986.

<sup>⑤</sup> Edward, J.N.Familiar Behavior as Social Exchange. Journal of Marriage and the Family.1969(31):518-526.

<sup>⑥</sup> 杰拉尔德·R·莱斯利, 社会脉络中的家庭[M].华夏出版社, 1982:186.

### 1.3.2 国内研究

#### (1) 关于自卑的研究

关于自卑的定义。《现代汉语词典》把自卑定义为：轻视自己，认为自己不如别人<sup>①</sup>。宋书文等（1984）认为，自卑心理是指个体由于某些心理或者生理上的不足，又或其它原因，导致形成的看不起自我、觉得自身不如其他人的消极心理<sup>②</sup>。费穗宁与张潘仕（1988）则把自卑心理形容为个人由于不合理认识自己的身心状态，又或者无法理性地审视自己的缺点，而导致出现觉得自己比不上他人，形成了对自我的消极评判的心理状况<sup>③</sup>。林崇德（2003）在《心理学大辞典》中提到自卑感是个体发现以及感受到自我无能、缺陷、卑微，进而导致产生自己比不上他人的自我不认同感<sup>④</sup>。韩丕国（2014）认为，自卑是由于个体对自我评价不当而产生的一种消极的心理状态<sup>⑤</sup>。总的来说，目前还没有形成关于自卑的一致看法与定义，但从现有学者的研究来看，我们可以看出自卑是一种消极的心理状态，在个体与他人的不断对比过程中，当发现自己不如别人时，就会产生对自我的怀疑甚至是不认同的不良心理。

关于自卑影响因素的研究。杨清（1985）认为自卑的形成包括客观原因与主观原因，生理缺陷、能力低、成绩差等客观原因更多是可能因素，直接因素反而是受到嘲笑、他人或自己低评价等主观原因<sup>⑥</sup>。时蓉华教授（1988）认为，自卑心理的根源可能在儿童幼小时代就开始产生，但因为个人的无能，从而造成无法胜任、痛苦的心灵体验是导致自卑心理产生的最主要原因<sup>⑦</sup>。《心理健康百科全书》（1995）则指出产生自卑情结的因素，主要有溺爱、被人忽视、器官自卑等三个方面<sup>⑧</sup>。陈冬云（2006）认为家庭、环境、性别、心理、挫折等，都是造成自卑心理的因素<sup>⑨</sup>。张国蓉（2010）研究发现，造成大学生自卑心理的原因与条件是比较综合以及复杂的，可以分为个人因素、家庭因素以及社会因素，其中最复杂的就是个人因素，包括了攀比心理、心理落差、期望过高、能力差距等<sup>⑩</sup>。成孟丽等（2016）人通过调查发现，大学生自卑心理的形成受到多方面因素的影响，

<sup>①</sup> 现代汉语词典[M].北京:商务印书馆, 1999:1666.

<sup>②</sup> 宋书文主编.心理学词典[M].南宁:广西人民出版社, 1984.

<sup>③</sup> 费穗宁, 张潘仕.社会心理学词典[M].河北:河北人民出版社 1988.

<sup>④</sup> 林崇德, 杨治良, 黄希庭主编.心理学大辞典(上)[M].上海:上海教育出版社, 2003.

<sup>⑤</sup> 韩丕国, 大学生自卑心理: 基于社会比较的研究[M].中国成人教育, 2014, 12.

<sup>⑥</sup> 杨清主编.简明心理学辞典[M].长春:吉林人民出版社, 1985.

<sup>⑦</sup> 时蓉华主编.社会心理学词典[M].成都:四川人民出版社, 1988.

<sup>⑧</sup> 心理学百科全书编辑委员会.心理学百科全书[M].杭州:浙江教育出版社.

<sup>⑨</sup> 陈冬云.大学生自卑心理探析[J].山西科技, 2006(01):76-77+79.

<sup>⑩</sup> 张国蓉.贫困大学生自卑心理探析[J].教育探索, 2010(01):137-139.

其中包括是否独生子女、学习成绩、焦虑与抑郁心态、个性偏好、身体情况等<sup>①</sup>。可以看出,自卑感的形成,主要分为内因和外因,内因主要是个体自身条件的差异性,外因主要有家庭、社会等,不同的家庭情况以及社会价值体系,也会对自卑产生较大影响。

关于自卑类型及表现的研究。蒙家宏(2005)把人类自卑心理分类为发展阶段自卑、个性自卑、外貌自卑、生理自卑、家庭—爱情自卑、学业—经历自卑等六种类别<sup>②</sup>。李艺敏和孔克勤(2010)认为自卑心理主要表现在人际交往、日常生活、学业发展等方面<sup>③</sup>。王登峰(1992)认为自卑的表现形式是比较多样的,但通常有:回避社交、过分敏感、高度掩饰性、过分概括化、自我价值感低等<sup>④</sup>。张继如(2000)<sup>⑤</sup>、程葵(2001)<sup>⑥</sup>等人对大学生自卑心理进行研究,认为自卑心理主要通过自我否定、自我评价低、心理承受能力弱、回避社交、自卑心理的恶性膨胀等形式表现出来。袁之琦(1986)<sup>⑦</sup>、费穗宇(1988)<sup>⑧</sup>认为个体的自卑心理在不断增强的时候,通常以反常的形式表现出来,如盛怒、妒忌、自欺欺人等,一些严重的情况下,有的还可能出现轻生的行为。可以看出,自卑的类型以及表现形式都是比较丰富多样的。

## (2) 关于自卑感测量的研究

黄雅静采用了自编的自卑感测试问卷,共计二十五道题目,并采取了七点评分,再加上个别访谈法,对 782 名大学生自卑感的因子、大学生自卑感的一般差异、大学生自卑感与社会支持和自我归因的相互关联等问题,开展了深入科学研究<sup>⑨</sup>。王水仙通过使用“自卑问卷量表”,对来自乌海市 342 名中学生的自卑状况,开展了调查研究;该问卷调查涉及相貌、学习、社交、口才、能力(自信)、运动、人际关系和经济等七个维度,每个维度分为 7 个题项<sup>⑩</sup>。黄赤兵用“大学生自卑心理诊断量表”对全国 876 名高职学生和成人教育学员开展了研究;该测试量表共有 15 个题项,每份问卷题项均包含 3 个选项,并分别按 5、3、1 记分,测试量表的总分为 15-75 分,结果分数越高,则说明其自卑心理越强;结果分数越低,则说明其自卑心理越弱<sup>⑪</sup>。

<sup>①</sup> 成孟丽,刘志娟,彭玉梅等.地方高校大学生自卑心理及其影响因素研究[J].中国培训,2016(12):35+38.

<sup>②</sup> 蒙家宏.大学生自卑心理研究[D].西南师范大学,2005.

<sup>③</sup> 李艺敏,孔克勤.大、中、小学生自卑感结构及发展特点[J].心理科学,2010,33(01):36-40.

<sup>④</sup> 登峰,张伯源.大学生心理卫生与咨询[M].北京:北京大学出版社,1992.

<sup>⑤</sup> 张继如.大学生自卑心理及其对策[J].内蒙古大学学报(人文社会科学版),2000(S1):210-212.

<sup>⑥</sup> 程葵.大学生自卑心理分析及调适[J].湖南税务高等专科学校学报,2001,14(1):52-53.

<sup>⑦</sup> 袁之琦,游恒山编译.心理学名词辞典[M].台北:五南图书出版公司,1986.

<sup>⑧</sup> 穗宁,张潘仕.社会心理学词典[M].河北:河北人民出版社,1988.

<sup>⑨</sup> 黄雅静.大学生自卑感及其与自我归因、社会支持的相关研究.南京师范大学硕士学位论文,2003.

<sup>⑩</sup> 王水仙.乌海市初中生自卑倾向调查与教育管理对策的研究.内蒙古师范大学教育硕士学位论文,2004.

<sup>⑪</sup> 黄赤兵.高职、成教学生自卑心理及心理适应能力的调查分析.福建医科大学学报(社会科学版),2001.

### (3) 关于农村青年择偶的研究

伍海霞（2013）通过实证分析，对农村男性大龄未婚的影响因素进行研究，她发现，中国农村的大龄未婚男性是在个人因素、家庭因素以及社会因素联合作用下产生的结果，其中个人因素主要包括经济收入和文化教育程度；家庭因素则主要是受其家庭整体经济情况的影响；社会环境因素包括社会经济、文化习俗、政策制度等<sup>①</sup>。臧连贺（2015）从择偶方式、标准、动机、信心度和态度等五个维度，对吉林省 A 村农村青年开展实证研究，发现农村青年存在择偶目的现实化、择偶标准理想化、择偶态度轻率化、择偶信心不足化等问题<sup>②</sup>。贾志科等人（2019）通过实证研究发现，当前农村青年面临多方面叠加的择偶压力，如弱势明显的择偶年龄、难以负担的高额婚姻支付等，这些择偶的压力，将会带来各种风险，如社会失范行为增多、家庭矛盾更加容易激发、损害个人身心健康等<sup>③</sup>。可以看出，农村男青年在择偶方面面临着不少困难以及问题，这些问题的起因是多方面因素造成的，而且较大程度影响了农村男青年的婚恋事宜。

### (4) 关于农村青年择偶自卑心理的研究

马柳丹（2016）在通过社会工作介入，发现中国农村的男性青年在择偶过程中，经常会出现一种“无力感”，容易认为择偶的失败完全就是个人的“无能”，并由此产生了更加强烈的自卑感，择偶的信心不断受到打击，最终形成恶性循环<sup>④</sup>。元珍珍（2016）在通过对河南民权县 Q 村的个案研究中，一方面看到了农村男青年们所遭遇的找配偶困难，一方面，也给他们造成了沉重的心理压力，如焦虑、自卑、抗拒交往乃至轻生等负面心态，同时也给其家庭带来消极负面的影响，导致家庭矛盾发生频率的加大<sup>⑤</sup>。郭英侠（2018）在调查研究中发现，农村男性所面临的择偶压力，会对其心理健康造成缺乏自制力、自卑心强、丧失信心、沉默寡言等方面的严重影响<sup>⑥</sup>。总的来说，择偶困境给农村男青年带来了较大的心理问题，特别是自卑心理问题，这对农村男青年的身心健康造成了较大影响，并且容易引起进一步的“连锁反应”。

<sup>①</sup> 海霞.农村男性大龄未婚的影响因素分析——来自河北 CC 县调查的发现[J].人口与发展, 2013, 19(03):92-97+84.

<sup>②</sup> 臧连贺.东北农村青年择偶观问题的调查与研究——以东北 A 村为例[J].吉林农业, 2015(03):125.

<sup>③</sup> 贾志科,沙迪,朱鹏举.农村大龄青年的择偶压力及社会风险——基于华北九个村落的实地研究[J].河北大学学报(哲学社会科学版), 2019, 44(05):140-147.

<sup>④</sup> 马柳丹.社会工作介入 Y 村大龄男青年择偶问题的应用研究[D].贵州大学, 2016.

<sup>⑤</sup> 元珍珍.农村男性青年择偶难问题研究[D].陕西师范大学, 2016.

<sup>⑥</sup> 郭英侠.农村男青年“娶妻难”问题研究[D].河北大学, 2018.

### 1.3.3 研究述评

通过文献回顾，我们可以看到：

一是从目前学者研究来看，国外对于择偶理论、择偶动机、择偶行为等方面的研究比较深入，而且是基本形成了比较系统的理论体系，可以为本研究的开展提供理论借鉴和研究参考。但国外对于社会工作介入农村青年择偶方面的关注较少，聚焦于农村青年择偶自卑心理方面的研究更是几乎没有。

二是国内关于社会工作介入青年择偶、婚恋方面的研究较多，并且大部分是实证研究，具有一定的现实意义。总体而言，国内学者比较一致认为，在当前经济社会发展条件下，农村男性青年在择偶上面临着不少困境与问题，如择偶信心不足、择偶标准理想化、择偶态度草率化等，学界主要从个人、家庭和社会三个层面来分析造成这种困境的原因。但目前国内专门针对农村青年择偶自卑心理的研究较少，仅少数学者在研究农村男青年择偶问题时，把自卑当做其中一部分的原因来剖析研究，并没有展开专门研究或深入探讨。

综上所述，关于农村青年择偶自卑心理的研究较少，需要引起我们的进一步研究和探讨。通过对这一层面的研究，在一定程度上可以丰富该领域的理论以及实践探索，一定程度上减轻当前农村男青年面临的择偶自卑心理问题、帮助其逐步走出择偶困境，促进农村地区和谐稳定发展。

## 第二章 理论基础

### 2.1 相关概念界定

#### 2.1.1 农村男青年

本研究中的农村男青年是指 22—35 岁在本地或异地从事非农业劳动或者农业劳动，具有农村户籍的男性青年。

#### 2.1.2 自卑心理

杨清(1985)在《简明社会心理学辞典》中指出，自卑心理就是个体觉得自己比不上其他人，有逃避以及退缩行为，甚至怀疑自己能力，对自我失去信心的情感体验<sup>①</sup>。本文采用杨清的自卑心理定义。

### 2.2 指导理论

#### 2.2.1 优势视角理论

传统的问题视角将人看作为问题的个体，脆弱、无能，而优势视角则是在对这种“从问题出发”的批判声中建立起来的。优势视角是指以个体、社区、社会群体等为服务对象，发现其内在潜力，挖掘自身和环境的资源与力量，通过其自身能力解决自身问题，并在该过程中注重与服务对象的平等关系建立、服务对象的能力提高与自我认同感提升等目标的一种理论视角。该理论主要强调资源建立与能力建设，要求将焦点从问题转向可能性。Saleebey（1996）认为，优势视角中有以下三种主要观念：一是认为几乎一切的事物在某些特定条件下都能看作某种资源优势，包含故事、天赋、感受、灵性、感受、个性品质，以及社会资源；二是相信每个人都有成员资格；在社会中拥有与其他人平等的自尊、尊严与责任；三是相信每个人都有自我解决问题的能力与资源，以及在困难中存活下来的抗逆能力<sup>②</sup>。

在本研究中，立足于优势视角，介入服务正慢慢处于社会边缘化的农村未婚男青年去标签化、污名化，并转变对自我的负面认知，从而帮助农村未婚男青年

<sup>①</sup> 杨清主编.简明心理学辞典[M].长春：吉林人民出版社，1985.

<sup>②</sup> Saleebey, Dennis I. The Strengths Perspective in Social Work Practice: Extensions and Cautions.[J].Social Work, 1996, Vol.41(3):296-305.

重新找到自己的优势，从而增强自我力量，重新树立自信，进而减轻自卑心理、走出择偶困境。

## 2.2.2 社会支持理论

关于社会支持的具体定义，当前学术界还未能形成统一的意见。但是大部分学者主要都是从社会互动关系、社会行为性质、社会资源的作用等方面，试图对社会支持进行定义。林南在综合了前人研究的基础上，将社会支持界定为由社区、社会网络和亲密伙伴所提供的感知的和实际的工具性或表达性支持。当前，学术研究普遍将社会支持分为两大类，即正式的社会支持与非正式的社会支持。正式的社会支持是指来自政府、社会组织、企业所提供的制度性支持或专业支持；非正式的社会支持是指来自朋友、家庭所提供的精神以及物质方面的支持。

任何一方的发展都离不开社会支持网络，对农村未婚男青年人群来说，要缓解其择偶的自卑等心理问题，物质帮助与精神支持都是至关重要的。本研究在社会支持理论的指导下，针对农村未婚男青年的社会支持网络进行评估，并利用个案工作的介入，为其建立新的联结，重建和完善社会支持网络，改善研究对象的自卑心理，帮助其走出择偶困境。



## 第三章 研究设计

### 3.1 研究对象

本文研究对象为广东省阳江市江城区 A 镇 22-35 岁的未婚男性青年。拟选取该镇 200 多名未婚男青年开展问卷调查并使用《自卑感量表》测量其择偶自卑心理问题；再根据调查以及测量结果，选取一些比较典型以及择偶自卑心理比较严重的男青年进行访谈；最后，遵循有利于研究、测量以及具有代表性的原则，选取一名男青年作为对象进行个案社会工作介入研究。

个案介入对象选择标准：一是通过《自卑感量表》（FIS）测量结果表明其自卑程度较高；二是影响其自卑心理的因素较多、表现形式比较丰富；三是愿意接纳社工介入帮助解决其自卑心理问题，工作生活地点在当地，便于联系和沟通。

江城区是阳江市的主城区，也是阳江市政治、经济、文化、交通、商贸中心，2021 年末户籍人口 520262 人，常住人口 679682 人，下辖 2 个镇 8 个街道，1 个渔业管委会。A 镇是江城区其中一个镇，A 镇临近市区，与市区联系较为紧密；鉴于区位条件，A 镇青年与城市青年的交往比较密切，更容易有意识或无意识地与城市青年进行对比，但 A 镇属于农村地区，农村男性青年综合条件与城市男性青年相比还是具有一定差距，因此在择偶的过程中更容易产生自卑心理。所以，本研究选取了该镇的青年作为研究对象，更具说服力以及代表性。

### 3.2 研究目标

1.通过观察、访谈交流以及问卷调查，了解农村男青年择偶自卑心理的现状、表现形式，并分析其影响因素，为深入研究以及解决这一问题提供基础的数据和资料。

2.通过个案社会工作介入解决农村男青年择偶自卑心理问题，帮助农村男青年增强择偶的自信心，一定程度上改善其择偶面临的困境，帮助其继续社会化。

3.通过个案社会工作的实务干预，验证个案社会工作介入农村男青年择偶自卑心理的适用性，探索社会工作介入农村男青年择偶自卑心理的有效方法和途径，为社会工作介入农村男青年择偶自卑心理提供一些具有可借鉴、可推广使用的对策建议。

### 3.3 研究思路

本文基于“农村男青年择偶困难——容易引起自卑心理——进而导致择偶更难”的考量，围绕“提出问题——分析问题——实务介入解决问题——提出对策建议”的总体思路（详见图 3-1），首先对 A 镇男青年择偶自卑心理进行调查研究，并使用《自卑感量表》（FIS）进行自卑感测量，并选取部分对象进行访谈，分析造成农村男青年择偶自卑心理的原因，然后通过个案社会工作介入服务对象择偶自卑心理问题的实务研究，探索社会工作介入农村男青年择偶自卑心理的有效路径和方法，并提出具有建设意义的对策和建议，为社会工作介入农村男青年择偶自卑心理问题积累一定的实践经验。

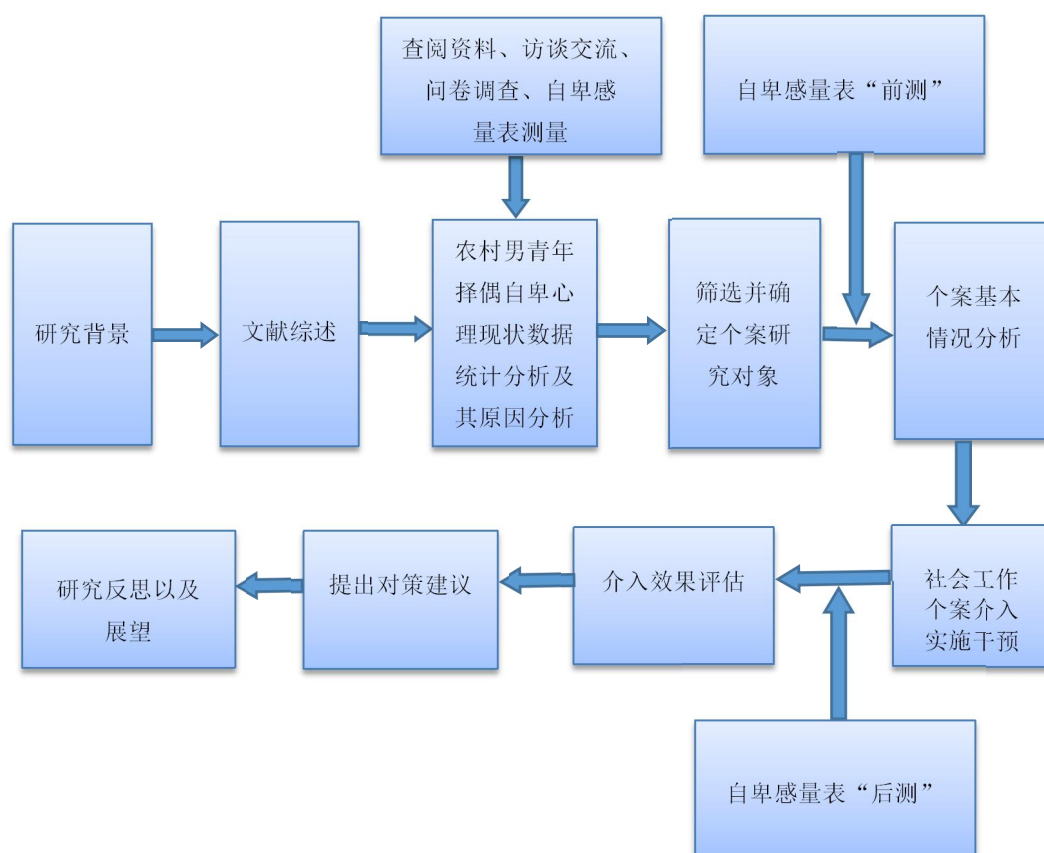


图 3-1 研究思路图

### 3.4 研究方法

#### 3.4.1 参与观察法

通过深入到 A 镇男性青年的日常社会生活中，观察了解男性青年的择偶情况，并主动寻找机会与其进行沟通交流，并在交流的过程中有意识地去探究其择

偶过程中面临的困境和问题，特别是观察其是否存在自卑心理问题以及其自卑的表现形式。

### 3.4.2 问卷调查法

通过调查问卷以及使用《自卑感量表》（FIS），对 A 镇男青年择偶自卑心理现状、表现、程度以及影响因素等情况进行深入调查。

### 3.4.3 访谈法

在问卷调查以及量表测量的基础上，筛选部分 A 镇未婚男青年进行访谈，进一步深入解 A 镇男青年面临的择偶自卑心理问题以及原因，为接下来开展个案介入研究打下基础。

## 3.5 本研究创新之处

#### （1）研究的视角更加微观

当前学者关于青年择偶的研究主要集中在宏观层面和理论层面的研究，关注和研究的重点是青年择偶面临的问题与困境，并从宏观的视角提出解决其择偶困境的对策建议。然而，本研究聚焦于农村男青年群体，专注于个体自卑心理层面的探索与研究，视角更加专注、更加微观，一定程度拓宽了青年择偶问题的研究维度。

#### （2）研究的方式有所创新

当前，关于农村青年择偶问题的研究大多都是调查分析以及理论研究，通过社会工作介入青年择偶问题特别是自卑心理问题的实务研究不多。本文在开展调查研究以及数据分析的基础上，通过运用优势视角理论、社会支持理论，以社工个案的方式介入了农村男青年择偶自卑心理的实务研究，最后提出社工个案介入该领域的一些具体路径和方式方法，更具有实践性和可操作性，也在一定程度上丰富了青年社会工作的实务研究。

## 第四章 农村男青年择偶自卑心理现状调查及分析

### 4.1 样本基本情况及统计分析

#### 4.1.1 样本基本情况描述

本研究拟选用由 Fleming 及 Courtney (1984) 修订的《自卑感量表 (FIS)》, 也叫“缺陷感量表”<sup>①</sup>。该量表包括自尊、社交自信、学习能力、外貌、体能等五个维度。该量表共有 36 个题目, 分为正向题目和反向题目, 反向计分题为第 3、6、25 和 31 题, 其他为正向题。该量表采用 7 点评分, “1”表示从来没有, “7”表示总是如此。被测者得分越高, 表明其自卑心理感越强, 反之则越弱。本研究总量表 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.96, 各维度的  $\alpha$  系数为 0.86-0.98, 内部一致性信度较好。

在发放《自卑感量表》过程中, 主要是面向农村地区的未婚男性青年进行发放, 并且在量表的基本情况里面设置了性别、户口、婚姻状况等三个基本变量来进一步筛选确定所得样本都是农村男青年、而且都是未婚的。所以, 本次研究所获得的自卑感数据, 是可以反映农村男青年这一群体在择偶方面的自卑心理状况, 契合本次研究的对象以及主题。

本次研究共发放问卷 224 份, 回收问卷 215 份, 有效问卷 204 份, 有效问卷回收率为 91.07%。通过对 204 个样本的年龄、独生子女情况、学历、月收入进行统计, 得出表 4-1。可以看出, 22-30 岁样本占比最大, 为 51.5%, 18-21 岁样本数量其次, 占比为 30.4%, 31-35 岁样本数量最少, 占比为 18.1%; 非独生子女样本数为 171 个, 占比高达 83.8%, 独生子女个数为 33 个, 占比为 16.2%; 初中及以下学历人数最多, 达 92 人, 占比高达 45.1%, 高中学历人数为 72, 占比达 35.3%, 大学学历人数为 37 个, 占比为 18.1%, 研究生学历仅有 3 人, 占比为 1.5%; 月收入为 3001-4500 元的样本数量最多, 达 84, 占比为 41.2%, 1501-3000 元的个案数为 76, 占比为 37.3%, 月收入 1500 元及以下的个案数为 35, 占比为 17.2%, 月收入 4501 元及以上的样本数为 9, 占比为 4.4%。由此可见, 本研究所获的样本数量以及类别都是比较丰富的, 适合进行下一步的统计学分析。

<sup>①</sup> 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版)[M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999.320-322

表 4-1 样本基本人口统计学变量一览 (N=204)

变量	类别	N	百分比 ( % )
年龄	18-21	62	30.4
	22-30	105	51.5
	31-35	37	18.1
独生子女	是	33	16.2
	否	171	83.8
学历	硕士及以上	3	1.5
	大学	37	18.1
	高中	72	35.3
	初中及以下	92	45.1
月收入	4501元及以上	9	4.4
	3001-4500元	84	41.2
	1501-3000元	76	37.3
	1500元及以下	35	17.2

#### 4.1.2 各维度的总体分析

通过简单统计描述分析可得（见表 4-2），204 个样本呈现出来五个维度的自卑分值情况如下：自尊维度自卑程度分值为 2.47，社交自信自卑程度分值为 3.78，学习能力自卑程度分值为 3.74，外貌自卑程度分值为 2.72，体能自卑程度分值为 3.22。可以看出，社交自信的自卑程度最高，自尊的自卑程度最低。其中，学习能力的离散程度最高，标准差为 1.21，个体间差异较大；社交自信的离散程度次之，标准差达到了 1.11，个体间差异较大；体能的离散程度最低，标准差为 0.68，个体间的差异较小。

表 4-2 五类自卑评价分值 (N=204)

	<i>MIN</i>	<i>MAX</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
自尊	1.14	5.14	2.47	0.87
社交自信	1.00	5.83	3.78	1.11
学习能力	1.43	5.70	3.74	1.21
外貌	1.00	4.80	2.72	0.82
体能	1.60	5.40	3.22	0.68

### 4.1.3 各变量的方差分析

#### (1) 年龄影响的方差分析

通过表 4-3 可以看出,从总分看,“18-21”、“22-30”、“31-35”三个年龄段的自卑分值存在显著差异( $P<0.05$ ),“31-35”>“22-30”>“18-21”,也就是随着年龄增加,自卑分值增加,个体自卑程度越高。其中 31-35 岁的平均分比 18-21 岁的高出了 0.96。

分维度看,社交自信( $P<0.05$ )、外貌( $P<0.05$ )、体能( $P<0.05$ )存在显著差异;自尊( $P>0.05$ )、外貌( $P=0.05$ )差异不显著。

表 4-3 各维度在年龄上的方差分析

	类别	M	SD	F	P
自尊	18-21	2.60	0.84	1.57	0.212
	22-30	2.37	0.72		
	31-35	2.52	1.21		
社交自信	18-21	2.89	0.77	44.62***	0.000
	22-30	4.04	0.69		
	31-35	4.52	1.56		
学习能力	18-21	3.37	1.12	5.39	0.050
	22-30	3.81	1.22		
	31-35	4.15	1.16		
外貌	18-21	2.01	0.46	78.74***	0.000
	22-30	2.83	0.57		
	31-35	3.57	0.91		
体能	18-21	3.27	0.71	19.84***	0.000
	22-30	3.00	0.47		
	31-35	3.75	0.83		
总分	18-21	2.86	0.55	24.24***	0.000
	22-30	3.36	0.57		
	31-35	3.82	1.07		

注：\*代表  $P<0.05$ ，\*\*代表  $P<0.01$ ，\*\*\*代表  $P<0.001$ ，下同。

## （2）独生子女影响的方差分析

通过表 4-4 可以看出，从总分看，独生子女、非独生子女的自卑分值存在显著差异（ $P<0.05$ ），独生子女自卑程度低于非独生子女，但是差距不算太大，两者平均分相差 0.7。

分维度看，自尊（ $P<0.05$ ）、社交自信（ $P<0.05$ ）、学习能力（ $P<0.05$ ）、外貌（ $P<0.05$ ）、体能（ $P<0.05$ ）等五个维度的自卑分值均存在显著差异。

表4-4各维度在独生子女上的方差分析

	类别	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
自尊	是	1.97	0.65	3.74***	0.000
	否	2.56	0.87		
社交自信	是	3.13	0.97	3.80***	0.000
	否	3.90	1.09		
学习能力	是	3.00	1.06	3.97***	0.000
	否	3.88	1.18		
外貌	是	2.25	0.64	3.69***	0.000
	否	2.81	0.82		
体能	是	2.75	0.73	4.49***	0.000
	否	3.31	0.63		
总分	是	2.7	0.64	5.17***	0.000
	否	3.40	0.73		

### (3) 学历影响的方差分析

通过表 4-5 可以看出,从总分看,硕士及以上、大学、高中、初中及以下等四种学历的自卑分值存在显著差异( $P<0.05$ ),硕士及以上<大学<高中<初中及以下,随着学历的下降,自卑分值提高,即自卑程度变大;其中硕士及以上的平均分值比初中及以下的低 1.58,下降幅度达 42.5%。

分维度看,自尊( $P<0.05$ )、社交自信( $P<0.05$ )、学习能力( $P<0.05$ )、外貌( $P<0.05$ )、体能( $P<0.05$ )等五个维度的自卑分值均存在显著差异。



表4-5各维度在学历上的方差分析

	类别	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
自尊	硕士及以上	1.33	0.08	25.33***	0.000
	大学	1.73	0.71		
	高中	2.34	0.66		
	初中及以下	2.90	0.83		
社交自信	硕士及以上	2.72	1.42	23.18***	0.000
	大学	2.85	0.92		
	高中	3.61	1.04		
	初中及以下	4.32	0.90		
学习能力	硕士及以上	2.05	0.46	55.75***	0.000
	大学	2.28	0.58		
	高中	3.65	0.84		
	初中及以下	4.45	1.04		
外貌	硕士及以上	1.40	0.35	3.174**	0.025
	大学	2.62	0.69		
	高中	2.81	0.76		
	初中及以下	2.73	0.89		
体能	硕士及以上	2.73	1.10	7.84***	0.000
	大学	2.86	0.57		
	高中	3.14	0.59		
	初中及以下	3.43	0.71		
总分	硕士及以上	2.14	0.65	43.21***	0.000
	大学	2.49	0.44		
	高中	3.19	0.57		
	初中及以下	3.72	0.66		

#### (4) 月收入影响的方差分析

通过表 4-6 可以看出,从总分看,月收入 4501 及以上、3001-4500 元、1501-3000 元、1500 元及以下的自卑分值存在显著差异( $P<0.05$ ),月收入 4501 及以上 $<$ 3001-4500 元 $<$ 1501-3000 元 $<$ 1500 元及以下,月收入越高,自卑分值越低,即自卑程度越低;其中 4501 元及以上的平均分值比 1500 元及以下的低 1.61,下降幅度达 43.4%。

分维度看,自尊( $P<0.05$ )、社交自信( $P<0.05$ )、学习能力( $P<0.05$ )、体能( $P<0.05$ )等四个维度的自卑分值存在显著差异;外貌( $P>0.05$ )差异不显著。

表4-6各维度在月收入上的方差分析

	类别	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
自尊	4501及以上	1.30	0.09	67.04***	0.000
	3001-4500元	1.93	0.55		
	1501-3000元	2.74	0.66		
	1500元及以下	3.45	0.74		
社交自信	4501及以上	2.22	1.22	8.27***	0.000
	3001-4500元	3.67	1.04		
	1501-3000元	3.98	1.10		
	1500元及以下	4.00	0.92		
学习能力	4501及以上	2.41	0.50	11.82***	0.000
	3001-4500元	3.40	1.20		
	1501-3000元	3.96	1.03		
	1500元及以下	4.40	1.20		
外貌	4501及以上	2.02	0.60	2.53	0.590
	3001-4500元	2.75	0.78		
	1501-3000元	2.79	0.81		
	1500元及以下	2.65	0.93		
体能	4501及以上	2.56	0.71	7.02***	0.000
	3001-4500元	3.07	0.56		
	1501-3000元	3.35	0.73		
	1500元及以下	3.45	0.65		
总分	4501及以上	2.10	0.41	19.10***	0.000
	3001-4500元	3.07	0.67		
	1501-3000元	3.48	0.68		
	1500元及以下	3.71	0.70		

## 4.2 结果分析与讨论

### 4.2.1 农村男青年择偶自卑心理现状分析

根据 Gary Stanley Becker 的婚姻市场理论,婚姻是资源的交换,交换双方依据自身资源优势而获得择偶优势。在理性主义驱使下,婚姻市场理论的影子在择偶、婚姻中处处可见,个体年龄、学历、经济收入、家庭状况等均是评价优劣的标准。同时,农村传统婚姻重彩礼的风俗仍未消除,婚姻成本不断上升。婚姻

市场理论和农村传统观念叠加下,家庭财力—可以支付彩礼多少、购买或自建的房子大小和精致程度、购买汽车的能力都成为影响男青年产生择偶自卑心理的极为重要因素。以此为基础分析农村男青年择偶自卑心理的生成,以下结论将变得较为清晰。

从前章量化分析可看出,年龄、学历、独生子女、月收入均是影响自卑分值的重要因素。

第一、年龄。不同年龄群体的自卑状况存在差异性。农村成年男性年龄越小,择偶自卑程度越低,年龄越高,择偶自卑程度越高。农村的“适婚年龄”存在一定的界限,离“线”越远的个体,择偶市场上的竞争力越小,择偶自卑产生的可能性越高。在个案访谈中,30岁以上未婚男性被访者相较低龄被访者存在明显的择偶自卑。

访谈对象A:“我的年龄现在21,还小,不愁找女朋友,都谈了好几个了,我总不可能变成大龄光棍吧”。

访谈对象E:“年轻的时候长得好看嘛,没愁过找不到对象,现在年龄都32了,越来越愁了,小姑娘都喜欢年轻的,老的谁喜欢”。

此外,年龄在很大程度上决定着容貌、健康以及体力。再加上物质财富在农村婚姻市场中占有绝对影响力,财富和链接财富的能力是影响个体择偶竞争力的重要因素。年轻个体工作能力强,活泼、合作交流能力强,在各项工作中都有优势,市场上获得财富的机会大。此外,年轻个体外貌和体能较强,“帅气”“阳光”也会成为个体“加分项”,更易赢得女孩子芳心。

访谈对象B:“你看那些年轻的男孩子,说话有趣,会聊天,会哄女孩子,是比我们这些年纪大的更加容易找到女朋友!”

第二、学历。学历越高的个体,择偶自卑程度相对较低。在劳动力市场上,学历仍然是核心竞争力,尤其在中高端职位竞争中。因此,学历代表着财富资本的“可获得能力”。高学历的农村男性不缺“三姑六婆”上门提亲。学历高群体得益于其较为开阔的视野,产生对贫富、样貌、配偶诉求等的较合理认知和想象,其会对自身的不足进行解释和自我消纳,消解部分社会负面评价。因此,较高学历群体有能力补上现有婚姻短板,有能力化解内心消极情绪,产生自卑的可能、或者自卑的程度相对较轻。

访谈对象C(研究生学历):“我是想明白了的,原生家庭穷怎么样,我自己通过努,文化素质以及综合能力都比同龄的人有优势,说白了,就是比同龄人更加吸引力。”

第三、经济收入。前文已论述财富对个体在农村婚姻市场上的绝对影响力。控制其他变量,经济收入越高的农村男青年,择偶自卑就相应降低。

访谈对象 D: “我们这个村子结婚是要看钱的, 都是看钱结婚, 没钱很难娶到老婆。”

第四、独生子女。家庭结构是影响农村青年男性择偶自卑程度的重要因素。从此前的统计可以看出, 独生子女与非独生子女之间的自卑分值差异还是比较大的。分析可知, 家庭构成——是否是独生子女, 关联家庭财富的分配, 当家中有多子女时, 个体所得财富就会相应“缩水”, 尤其是“多子女”中存在男性子女。

同时, 拥有兄弟的家庭中, 财富的分配并非一定是平等的。为家庭带来收益更大的男性个体会得到“偏爱”, 进而获得更大的主动权, 在农村大家族中的“活动能力”会更强, 获得外联物质帮扶的能力更强, 以此增加婚姻竞争力。值得注意的是, 农村中亲属借贷、帮扶完成婚姻是较为常见的事情。

访谈对象 D: “我们家有好几个兄弟, 我哥结婚的时候花了不少钱, 到我这儿就没钱了, 谁要我呀。”

访谈对象 B: “有些人就是“路数”多, 虽然他们家里没钱, 但是他能借到钱, 有钱了, 想取老婆就会更加容易。”

#### 4.2.2 农村男青年择偶自卑心理问题成因

自卑心理由其个体自身、家庭、社会等诸多客观因素共同塑造。同时, 心理和环境相互塑造, 构成完整且多样的个体。通过前文研究分析, 可以看出农村男青年择偶自卑心理与其自身客观条件、家庭状况有着密切关系; 个体主观认知也是促成择偶自卑心理的重要因素; 此外, 宏观社会环境, 尤其是传统社会环境对婚姻程序、婚姻价值规定与塑造也是导致个体产生择偶自卑心的宏观因素。在一定程度上, 社会对婚姻的理性和非理性建构是其择偶自卑的“原罪”。本文梳理了一条农村男青年择偶自卑心理成因的逻辑链条, 即农村社会的传统婚姻建构、塑造择偶优势群体, 生成对农村男性个体、家庭择偶条件的理性评判标准; 家庭和个体依据此标准形成初步自我判断, 低于优势标准的家庭、个体产生自卑情绪; 最终, 个体凭借自我认知主观消减或加剧自卑情绪。下来, 将对本条逻辑线索展开讨论, 由宏观社会到中观家庭, 最后分析择偶自卑生产机制中的个体作用。

##### (1) 社会因素

当前, 我国乡村振兴战略正在全面推进中, 人才回流参与农村家乡建设的需求既有迫切性也有可行性。同时, 受疫情、大国之间冲突较量等因素影响, 近几年经济持续波动, 城镇需求岗位不断减少, 工作竞争不断增大。政策和社会经济情况使得农村劳动力返乡可能性不断上升。但是离开家乡, 成为“城里人”仍是

绝大多数农村青年的目标。同时，在基础教育普及农村的今天，“女性”意识似乎也逐步在农村渗透，女性走出农村走向城市的意愿更加强烈，因此农村适龄女性成为“稀缺资源”。

获取“资源”的只能是更高阶资源掌控者，在“门当户对”之外还有“向上婚配”“男高女低”。社会行为的本质是资本、资源的交换，婚姻也逃不过。根据现有研究，我国的择偶标准包含，外貌、健康、年龄、财富、性格、职业、学历和家庭等。加之婚姻市场中的“女性稀缺”，将“合格”“优秀”的男性结婚对象条件推至新高。同时，随着农村生活水平不断提升，消费主义开始在农村“开花”，经济、物质于婚姻中的重要性不断提高。因此，经济成为客观上决定男性是否能成为“合格者”的关键因素，“能不能谈得起女朋友”“能不能掏得起彩礼”“能不能盖得起像样的房子”“有没有好车接亲”“请不请得起上档次的婚宴”是农村男性择偶中面临的重要问题，不能承担恋爱、婚姻“价钱”的男性处于婚姻市场中劣势端。当然，不能否认“学历”“职业”“健康”等同样是评判的重要因素。综上，可以看出，在农村婚恋市场，经济财力是占了重要的位置。

在不断的比较中，处于财力劣势的男性会被农村婚姻市场否定，成为“老大难”，进而被以婚姻达成生育目的，以家族延续为首要任务的农村社会否定甚至抛弃。然而，社会的抛弃只是开始。社会的否定不一定能被个体所清晰的认识，家庭的主动放弃，个人的被动服从和无意识的“淹没”才是农村男性因婚姻“溺亡”的原因。

因此，农村婚姻市场现状一定程度奠定了部分“不优秀”的农村男性弱势心理。该劣势被“家庭情况”进一步放大，进而促成个体择偶自卑心理的生成。

## (2) 家庭因素

现有研究证明，中国男性，尤其是农村男性在婚姻上的家庭依赖往往较为严重。刘利鸽，靳小怡(2011)研究农村成年男性初婚风险时提出，因为婚姻的花费高，个体的初期财富积累不能满足需求，所以男性在婚姻达成方面与其家庭紧紧相连，甚至捆绑<sup>①</sup>。此外，农村仍然存在“养老防老”“重男轻女”的传统观念，即男性从小就属于家庭，未来掌控家族。综上，农村男性与家庭的连接较女性、较城镇男性更加紧密。

以上逻辑适用于一般的农村男性家庭，但是如果进一步细化家庭内部构成，一个家庭内部的男性和男性之间也存在较大不同。前章分析可以看出，家庭子女数目不同会影响农村男性择偶的自卑。这背后是子女个数直接影响家庭的经济状

<sup>①</sup> 刘利鸽，靳小怡.社会网络视角下中国农村成年男性初婚风险的影响因素分析[J].人口学刊，2011(02):21-30.

况。一个简单的道理，同样的家庭财富下，子女越多，经济负担越重。以此类推，若同个家庭中的男孩子越多，家庭就要为其承担更多的婚姻开支。在财富均分的情况下，每个男孩子将得到同等数量的“成婚基金”。但每个家庭有其自身架构，家庭成员处于不同的位置，“位置”和“什么样的儿子可以更好的防老”背后的答案有紧密关系，如性格、学历、体能……能力越弱的儿子可能在家庭的婚姻财富分配中处于劣势，同时当他的家庭财富或者财富链接能力处于当地较低水平时，其基本将成为当地婚姻市场的“下端”。

此外，多子女男性家庭的养育负担也存在代际传递，长子或相对较大的男性成婚后，将帮助父母担负起弟妹的抚养、帮扶责任。因此，家庭是帮助农村男性成为“金龟婿”的绝对助力，也是让其成为“剩男”的重要因素。家庭客观条件差会让男性被动进入婚恋劣势的阵营，由此催生个体择偶自卑心理。

### (3) 个体因素

前文已对社会建构婚娶观念，农村婚姻市场的客观“规则”，及家庭对未婚男青年的影响进行梳理。然而，从社会到家庭，婚姻规则、家庭客观条件只是男性个体择偶自卑心理的“养料”而非“触发器”。

林崇德认为，自卑是对个体自我价值的否定，是对自身能力的低下评估<sup>①</sup>。从社会心理学的角度看，个体的自卑和自我认知之间有着相当重要的关系。自我认知包括对自己的观察和由观察产生的评价。而消极的自我认知是自卑形成的关键。同时，从归因角度进一步分析，自卑群体存在向内归因倾向，即自我归罪的特质。

由此可看出，自我的认知至少是社会和个体共同作用的结果，主要在于个体客观条件和对自我的评判，以及对社会评价的接受程度。由上述研究可以看到，经济条件是农村男性婚恋择偶的最重要的影响因素，社会为“适宜婚配”的男性做了界定，尤其是经济界定。在有“标准”存在的情况下，农村男性会看到社会对于自己的评价——“优”“良”“差”。这将成为个体自我认知的基础，而个体自身认知影响的价值观、判断力将在这一基础上“作画”，最终形成自我评判。当个体的知识储备不健全，不能形成良性价值观时，个体将被社会“绑架”形成“我是不足的”的形象，进而认为“我是差的”，生成自卑心理。另外，个体基本条件的差异，会对这一结论进行修正。因为、年龄、经济收入、学历、长相、家庭结构等都是个体资本，可以弥补“缺陷”。

因此，择偶自卑的形成依赖于社会建构、家庭客观情况，更依赖个体的自身

<sup>①</sup> 林崇德，杨治良，黄希庭主编.心理学大辞典(上)[M].上海:上海教育出版社，2003.

观念以及客观条件，即认知能力强、经济收入高、学历高、年轻、工作能力强、长相出众、健康的男性，其择偶自卑心理程度相对较低，反之亦然。

## 第五章 个案社会工作介入

### 5.1 个案社会工作的工作过程

本次个案工作介入分为五个阶段：接案与关系建立、资料收集与问题判断、制定目标和工作计划、服务计划的实施、结案与评估。

在接案与建立关系阶段，根据调查掌握的情况以及对象的具体需求、个人意愿、所求助的紧急程度以及社工开展个案的能力，最终选取了对象 M 作为本研究的个案对象，并与其建立了专业的关系。

资料收集与问题判断阶段，社工聚焦影响案主择偶自卑心理的因素并了解其表现形式，明确案主择偶自卑心理的成因，进一步了解案主的个人信息和家庭、社会环境等与案主相关的资料，与案主接触过程中其表情、姿态、语气等信息也一并留意。

制定目标和工作计划阶段，社工根据案主 M 的问题和需要，按照之前的工作预估，作出更加具体的改变目标和服务计划，最主要的目标就是协助案主 M 发现并了解自身的潜力和价值，发现自己的优势、长处以及特长，从而提升案主择偶的自信心。

服务计划的实施阶段，社工运用专业的知识和技能，在支持鼓励、情绪疏导、观念澄清、行为改变等方面给予案主 M 帮助和支持。

结案和评估阶段的主要任务是社工结束与案主 M 的关系，并对整个服务过程进行回顾、总结和评估，巩固案主 M 现阶段择偶自卑心理已有的改变并增强案主择偶的能力。

### 5.2 案主基本情况及其代表性

#### 5.2.1 案主基本情况

案主 M 是广东省阳江市江城区 A 镇 B 村 30 岁的未婚男性青年，家中有个 33 岁的哥哥已经结婚，案主的父母都是 B 村的农民，靠务农维持生计。案主初中毕业后辍学在家，辍学后在网吧当过网管也在镇上的餐厅做过服务员，25 岁那年和同村的伙伴去深圳打工，在深圳学到了维修手机的技术，由于 M 的性格比较内向，身边一同离开 B 村的伙伴都做起了电子产品销售的生意，M 觉得自己不适合做生意，便一直跟着朋友修手机，在深圳待了 3 年后觉得在大城市攒不下钱也没有什么盼头，两年前又回到了 A 镇，现在在 A 镇的一家手机店修手机，这家手机



店是 M 哥哥的朋友开的。

M 刚到深圳的时候认识了很多新朋友，他的初恋 A 也是到深圳后认识的。M 和 A 都是阳江人，A 比 M 早一年来到深圳，M 由于对陌生环境的不适应和对家乡的思念，两人很快找到了共同话题并建立了关系。A 虽是阳江人但来自阳江城区，她的性格比较外向且朋友较多，平时工作之余 A 常常和其他朋友聚会，这让不爱交际的 M 感到有些挫败并产生被 A 忽视的感觉。A 比 M 多上了两年高中，高中没有读完辍学了，两人相处了一段时间后 M 觉得他们的兴趣点也完全不同，他感觉 A 和深圳这座城市融合得很好，但自己还是没办法在这里找到归属感，最后两人的感情维持了一年便结束了。

回到家乡的案主 M 又结交了同在镇上的 B，那时案主 28 岁，B 却只有 22 岁，两人是因为 B 来 M 工作的店里修手机认识的，M 工作的店铺离 B 的工作地点只隔了一条马路，B 和 M 熟络了后也经常来 M 的店里找他，两人逐渐产生了感情，然后发展成为了男女朋友。后来，一次偶然的机会，案主 M 发现女朋友 B 偷偷背着他和别的男性交往，一气之下，尾随 B 找到了其偷偷交往的对象，并殴打致其受伤。M 最终被行政拘留了 15 天，并赔偿被其殴打对象 1 万元，与 B 也不欢而散。作者介入案主 M 时，案主在择偶问题上非常迷茫和困惑。

### 5.2.2 案主的代表性

通过对案主基本情况的分析，我们可以看出案主具有下述代表性：

(1) 案主具有农村户籍，学习成长的环境都是在农村；案主父母一直生活在农村，以务农为主；案主大部分的亲戚朋友都是农村的，其日常生活交往的圈子基本都是农村群体；案主父母文化程度不高，缺乏与案主的沟通技巧与能力，且受制于农村传统观念的影响，对案主婚恋择偶的理解与支持有所欠缺。案主在择偶上曾经遭受挫折，产生了比较严重的自卑心理，但案主有改变现状的意愿，也肯接受社工的介入帮助。

(2) 从前文开展问卷调查的基本变量来看，首先案主年龄 30 岁；不是独生子女；学历是初中及以下；这三个变量均处于调查分析中自卑分值较高的变量区间，更加有利于运用调查的结果去分析案主择偶自卑心理的成因，也为接下来的介入提供更加明显有效的切入点。

(3) 从自卑感量表的测量结果以及五个维度来看，其自卑总体分值为 4.14，自尊、社交自信、学习能力、外貌、体能等五个维度自卑分值分别为 4.7、4.2、4.6、2.9、4.3，对比上述统计分析我们可以看出，其自卑量总体程度以及各个维度的自卑程度均高于平均水平，是比较典型的择偶自卑男青年，与本文的研究对象以及方向是一致的，是比较具有典型性以及代表性的。

## 5.3 个案工作介入过程

### 5.3.1 接案与建立关系阶段

社工在做研究的过程中，认识了当时的案主 M 并有过互动，在接案前已经与案主已经建立了初步的信任关系，但有别于本次个案中的专业关系。

由于社工前期了解到案主因为 B 的事件，对于感情问题感到十分受挫，当社工进一步询问案主在生活中是否被婚恋择偶问题困扰时，案主也透出了些自己的困惑并对婚恋择偶问题的态度较为消极、产生了较大的择偶自卑心理。当社工表示自己正在开展农村男青年择偶自卑心理问题研究时，案主对我们的研究产生了较大的兴趣，并表示愿意配合参与研究。

在了解到案主目前所面临的问题以及案主希望解决的问题，并乐意让社工帮忙后，社工在深入了解案主的家庭、工作环境、以及社会支持资源等有关资料的基础上，初步分析了案主目前所面临的问题，并相信能够接案。由于案主自己也有择偶自卑心理方面的问题并且想要获得帮助的意愿，所以此次个案的专业关系建立得比较顺利。

### 5.3.2 收集资料与问题判断阶段

对案主 M 的个人资料加以梳理，以及对其面临的择偶困境和自卑心理产生的原因进行探析，案主 M 择偶困境以及自卑心理的总体特点表现为：当案主 M 有了在深圳拼搏的生活经验之后，深深认识到了农村年轻人与大城市年轻人之间的巨大差异，在第一段感情中就已经产生了一定的自卑心理，并觉得自己的出身与生活环境在择偶时毫无优越性；加上有过“拘留”的“案底”，案主 M 对择偶问题比较迷茫，觉得自身在择偶关系中是有劣势的，既没有异性会接纳自己，也不敢表达自己对感情上的渴望与憧憬，在这双重性的影响下，案主 M 陷入了择偶困境，产生了较为严重的择偶自卑心理。根据案主的情况，社工制作了案主的个人情况评估表（表 5-1），根据表中的评估情况开展后续的跟进工作。

表 5-1 案主个人基本情况评估表

个 人 基 本 情 况 评 估					
被视为择偶 自卑心理问 题的因素	评 估 情 况			具体情况 (包括但不限于以下情 况)	评估原因
	无 需 改 进	需 要 改 进	急 需 改 进		
学术/职业 技能	√			初中毕业	了解学历、技能情 况
就业模式	√			目前在老家的手机店 打工	了解职业情况、 就业经历
财务管理		√		每个月工资不固定,视手 机店的经营情况而定,一 般在3000-4000元。	了解财务状况
婚姻/家庭 关系		√		有个大三岁的哥哥,一家 四口,和父母、其他亲戚 关系一般,不喜欢和亲戚 或者邻居交流。	了解家庭关系、支 持情况
同伴/重要 他人	√			较少	了解朋友圈情况
居住场所	√			租房住	了解居住情况以 及稳定性
行为/情感 稳定性		√		性格较为内向,多数时间 沉默寡言,社交面较窄, 情绪稳定。	了解行为习惯、情 绪状态
酒精使用	√			没有喝酒的习惯	了解是否有酗酒 行为
药物使用	√			暂无	了解是否有使用 毒品
心理能力		√		女朋友曾经出轨,对其打 击较大,整个人偏于内 向,比较自卑。	了解心理状态
健康	√			身体比较健康,没有重大 疾病。	了解身体状况,评 估适宜参加的活 动

案主 M 的具体问题可归纳为以下几个方面:

第一,案主过去的恋爱经历让其对择偶问题产生恐惧心理。案主经历了两次失败的恋爱,案主的第一任女友 A 和案主的社会阶层跨度较大,A 来自阳江市的城区,她的性格比较外向且朋友较多,平时工作之余 A 常常和其他朋友聚会,这

让不爱交际的 M 感到有些挫败并产生被 A 忽视的感觉。A 比 M 多上了两年高中，学历比案主高一些，两人相处了一段时间 M 觉得他们的兴趣点也完全不同。A 收入和其家庭收入都优于案主和案主的家庭，他和 A 在一起有一定的心理压力且两人在相处中也产生了一些矛盾，案主因为觉得自己各方面不如 A 而感到自卑，虽然 A 没有表现出对案主条件的不满，但她觉得案主不想在深圳发展且没有上进心，两个人没有未来，第一段恋爱以失败告终。在第二段恋爱中，案主获得了成就感和存在感，他感受到了前女友 B 对他的需要和依赖，也在相处中发现了自己爱照顾人这一优点，但对其伤害最大的还是 B 的出轨，这件事彻底使其爱情观崩塌，对这段感情非常的无奈和失落。而且因为殴打他人被行政拘留的打击和恋爱中的获得感形成了巨大反差，觉得自己的付出和收获完全不成正比，使得在案主心理和行为上出现紊乱，从而产生对择偶的恐惧以及自卑心理。

第二，性格比较内向，交际范围偏小。案主 M 在周末有空的时候，基本在出租屋睡觉、玩手机或者打游戏，有时也会和朋友见面，但 M 的性格比较内向，朋友并不多。再加上 M 身边认识的很多人和他一样都是初中辍学，步入社会较早，其朋友圈对其个人发展弊大于利，案主也没有很多可以交心的朋友，更多的都是一起吃饭、打游戏的朋友，案主的社交环境不利于其发展，且其社交范围较窄。

第三，面临家庭催婚以及生活环境的舆论压力。因为案主的哥哥已经成家，案主在村里也早已到了适婚年龄，案主面对周围的亲人、邻居的催婚产生了反感情绪和抵触心理。因为哥哥结婚的花销较大，案主深知自己的家庭难以负担起结婚的费用，但其家人认为案主没有结婚的意愿，如果有不错的结婚对象钱的问题也是可以解决的。因此，在这方面案主和家人产生了分歧，他不愿意与家人进行交流，也不愿在节假日回家与家人接触，他的家庭亲密关系受到冲击。再加上案主被行政拘留过，身边的亲戚和邻居都有所耳闻，案主总觉得回家在村里抬不起头来，很伤自尊心，也不愿回村和亲戚、邻居见面，案主想逃避这件事，等大家记忆不深刻了再回家。

第四，家庭经济条件相对不好。案主的父母都是土生土长的农村人，都已年过半百且体弱多病，劳动能力有限，案主家里没有相对固定的经济收入来源，其父母靠务农谋生。案主家里哥哥已经成家，家里人为了哥哥的结婚事宜，已经花掉了多年积攒下来的积蓄。现如今，结婚所需的花费也是比较高的，比如彩礼、婚庆和结婚的各种固定开销，都需要经济基础作为支撑的，案主家庭近几年难以负担案主的结婚支出。案主虽然自己有工作，但在镇上租房住每个月要交房租，案主不会做饭，在餐饮上也有不小的支出，工作几年来案主几乎没有积蓄，只能维持基本的生活。案主的家庭经济条件，也打击了案主的择偶主动性以及积极性。

### 5.3.3 制定目标和工作计划

#### (1) 总目标

帮助案主 M 走出择偶困境，减轻甚至消除案主的择偶自卑心理问题，使案主愿意主动去接触潜在的婚恋对象。

#### (2) 具体目标

第一，消除案主 M 对择偶问题的恐惧以及自卑心理，做到悦纳自己，让案主认识到恋爱中出现的矛盾问题不是其中某一方的原因造成的，建立起择偶自信并树立正确的婚恋认知。

第二，帮助 M 营造和谐的家庭氛围，缓和家庭矛盾，帮助案主 M 重新与家人建立亲密关系，面对亲戚、邻里不再自卑。

第三，帮助案主 M 扩大个人的交际圈，丰富个人的业余生活，整合案主 M 身边能够利用得上的社会资源，拓宽案主择偶的渠道。

第四，帮助案主建立攒“老婆本”的意识，帮助案主合理规划收入的使用，帮助其攒下恋爱、结婚的钱，不再把希望全部寄托在家人身上。

#### (3) 案主资源评估与整合

为了更好地帮助案主克服择偶自卑心理，树立择偶的自信心，通过整合案主身边的有效资源，运用优势视角理论，帮助案主挖掘和认识自己的能力和价值，看到自身的优点和长处，增强案主择偶自信心，有助于改善他目前的处境。运用社会支持理论，为案主链接家人、朋友、同事等方面的资源，为其提供情感慰藉、心理疏导以及关心支持，帮助案主克服择偶自卑心理、拓宽社交圈子，强化案主的社会支持网络，增强其择偶能力。

### 5.3.4 服务计划的实施

本次个案介入主要安排在案主工作较为轻松的上午 9:00-11:00 时段，每周介入一次，共实施介入五次，一次介入面谈时间 1-1.5 小时。

#### (1) 第一次介入

1. 时间：2021 年 7 月 31 日。

2. 地点：案主 M 工作的手机店。

3. 目标：了解案主的心理状态和现阶段对于择偶问题的态度，评估其需求。尝试了解案主第一段恋爱经历以及分析第一段恋爱经历对现阶段婚恋择偶态度

的影响，了解案主自卑心理的表现和原因。

#### 4. 面谈情况概况：

（受篇幅的限制，此部分选取了社工个案介入的重点部分以及和案主择偶自卑这一主题关系较为密切部分，下同）

案主陈述了他现在的具体情况，陈述过程中，社工通过倾听技巧、接纳的技巧与案主进行交流。

（社工来到案主上班的手机店，选在手机店的休息室访谈，寒暄）

社工：之前我们见过，也了解了一些你的基本情况，目前你对待恋爱是什么态度呢，能再跟我说说吗？

案主：哎（叹息）还能怎么办呢，找不到对象呗，现在就单着，谈怕了。

社工：你觉得过去的恋爱经历让你不想开始新的感情吗？

案主：嗯……不太想，我觉得我不配恋爱。

社工：“不配”是指哪方面呢？

案主：我没钱恋爱也没钱结婚，家里也没钱，除了修手机也不会什么的，我觉得感情付出最后都没结果，每次想到这个话题都挺难受的。（失落，眼神躲闪）

社工：你现在有稳定的工作，钱是可以解决的，为什么说感情付出没结果呢？能不能把自己的经历和烦恼说出来，我会试着帮你解决。

案主：以前觉得两个人有感情就够了，但恋爱后发现远远不够，两个人的性格合不合适、能不能聊到一块去，追求一不一样，出身相不相似等等都影响着这段关系。

社工：是你的初恋让你产生这样的想法吗？

案主：嗯，她俩（指两个前女友）都有吧，初恋影响大一些。

社工：你们性格、追求、出身等都很不一样吗？

案主：是啊，她让我觉得我还是适合小城市，她那样性格开朗又有上进心的，人才适合在大城市打拼，我这种没本事的社会底层还是适合回来躺平。

社工：你是觉得自己不如她吗？你有你的一技之长已经超过了很多人了

案主：那肯定的啊，她家本来就能养得起她一个孩子，她还有很多搞钱的途径，性格也很讨喜，我根本配不上她。（案主有些激动）

案主的情绪开始变得有些激动，社工意识到案主初恋这段经历是案主的“痛点”，案主一直强调自己“不配”，并觉得自己各方面不如对方，初恋的这段感情经历，对案主心理的创伤以及自信心的打击还是比较大的，可以说是案主择偶自卑心理的重要来源。

社工：能说一下你的第一段恋爱经历吗？可以说些让你比较困惑或者对你影

响比较大的方面。

案主：（冷笑）影响都挺大的。我们都是阳江人，老乡，刚开始挺多共同语言的，她比我早来深圳一段时间，经常带我玩，大家也常一起吃饭，慢慢就在一块了。相处时觉得她是个挺优秀的姑娘，她性格很开朗比我热情多了，很会和身边人相处，她还挺有野心的，她卖化妆品挺专业的，她以后想自己开店不想给别人打工。我觉得有个工作就不错了，她想的是要过的更好，我们追求就不一样。她家就她一个，也有钱，还打算在深圳干几年买房呢（再次冷笑）这些哪是我敢去想的，我吃穿不愁就不错了，深圳房子那么贵这辈子我都不可能买得起。

社工：你觉得自己的条件和她差很多吗？你觉得条件对于感情来说很重要吗？

案主：我的条件……就没有条件，差个银河系吧哈哈（苦笑），她完全可以找个更好的，她和我就是玩玩吧，结婚不可能的，大家都很现实的，就算她愿意和我结婚她家人肯定不愿意，我也觉得自己不如她，她朋友那么多我算什么，没必要浪费她的时间。

社工：你挺为对方着想的，你们有没有聊过条件这个话题？

案主：不敢聊，反正不会长久，干嘛还要让她知道我是个“怂人”，反正她知道我是农村的，条件不如她。

社工：不是每个人在感情里都把条件放在首位的，她可能并不在意这些，而且我发现你在感情里会照顾到对方感受的，你在感情关系里有你的魅力的，第二段感情也让你很在意条件吗？

案主：哈哈是吗？不耽误人家也算魅力，那我可太有魅力了哈哈（大笑），上一个没有（在意条件），她没想那么多。

在跟案主进行了详细的沟通了解后，案主面临到的问题也开始逐步明朗起来，案主过分地在意个人条件，觉得自己的出身、家庭收入、文化水平、性格等都是弱项，阻碍自己择偶，也导致了其的自卑心理。案主不愿主动与他人沟通，到现在也认为初恋在意个人条件，但事实并不一定是这样。

## 5. 介入策略：

首先，帮助案主从对自身条件不满的现状中走出来，运用优势视角帮助案主分析他现有的资源和身边的潜在资源：

第一，案主目前从事的工作是他擅长的，工作也比较稳定。M已经有了五六年维修手机的经验，这也是案主的一技之长，而且案主的维修水平也得到了老板和顾客们的认可，案主这一特长可以较大程度保障其就业。

第二，案主M的哥哥对案主比较照顾，案主目前工作的店也是哥哥的朋友开的，帮助其链接了资源。哥哥婚后也比较关心他的婚姻大事，并尝试为其介绍相

亲对象。案主的哥哥工作年限比案主长，这些年也有了些经济基础，积攒了些资金，在其结婚时可以帮助其填补部分彩礼钱。

第三，案主之前在深圳发展时认识了不少做手机生意的朋友，也积累了一些手机行业的人脉，对于案主目前职业的发展和积累资金有一定的帮助，除了维修手机，案主也有手机销售进货的渠道，可以考虑拓宽工作内容和改变工作方向。

第四，案主 M 在感情中比较照顾人，也懂得考虑对方的想法和感受，这也是在一段感情关系中的优势，能给对方一定的安全感。案主身高 175cm，在本地人里这一身高条件较有优势，且案主五官长得比较端正，整体形象气质较好，这些外在条件也会给案主婚恋择偶带来优势。

其次，劝说案主 M 不要沉浸在过去感情的失败经历中，提醒案主过去发生的事情是为了让自己以后变得更好，建议案主在修手机之余拓宽工作发展方向，可以和深圳以前的朋友联系进货，和现在的老板商量变更手机店的货源，既能降低老板的进货成本自己也可以增加提成，提高工作收益，攒下更多的钱。

#### 6. 跟进计划：

案主对择偶问题的态度较为消极，两次恋爱经历对案主的择偶观都产生了负面的影响，案主因为家庭出身、经济状况、女朋友出轨经历等感到自卑。下次访谈需要了解案主自卑的其他原因和第二段感情经历对其择偶态度的影响。

### （2）第二次介入

1. 时间：2021 年 8 月 7 日。

2. 地点：案主 M 工作的手机店。

3. 目标：了解案主当前对自身条件、个人资源的看法，了解之前为其提供的增加收益的方案实施情况，为案主制定攒钱计划。明确现阶段案主不愿面对择偶婚恋问题的其他原因，找出导致案主自卑的其他原因，尝试了解其第二段感情经历。

#### 4. 面谈情况概况

（社工再次来到案主上班的手机店，选在手机店的休息室访谈，寒暄）：

社工：最近生意怎么样？今天店里客人挺多的，早晨就来了这么多人

案主：最近还可以吧，外面那几个是办电话卡的，应该不是买手机修手机的。

社工：上次给你的建议你有没有考虑呢，有没有和深圳的朋友还有老板聊这个事？

案主：聊了，老板说他的货源不会换，原来的进价比较了下也差不多，不过朋友那有些华强北的货老板说可以卖，这些是有市场的，我打算再和两边确定下进哪些货。



社工：那很棒啊，这样店里的生意会越来越好的，你们老板会给你涨工资的吧。

案主：看货卖得怎么样咯，我本来也不是很愿意主动再去和他们联系，但后来想想，找个靠谱的人进货自己也放心。

社工：那你要制定个攒钱计划咯，去掉每个月房租吃饭买必需品那些，每个月攒 2000 块没问题吧。

案主：应该没问题吧，就吃饭房租打游戏花钱多点，降温了买几件衣服。

社工：除了打游戏，这些都是正常的开支，游戏可以少打一下吗，一周去不超过两次怎么样？你最近忙进货的话应该没有太多时间玩游戏。

案主：本来一周也就去两三次网吧，一个月上网花三四百也不多，少去几次能省下一两百吧。

（恰巧店内有学生进来）

社工：对了，你现在和前女友还有联系吗？

案主：（皱了下眉）没什么联系了，沉默.....

社工：你是不是不太想提到她，如果你觉得介意我们可以不提她

案主：之前那件事你们也知道了，还是不想提起，有时候宁愿我没和她在一起过，这样现在心里也不会这么堵。

社工：“堵”是因为女朋友出轨、自己也被行政拘留过的事吗，你觉得这件事很影响你谈恋爱吗？

案主：是啊。我都服了那些人明知道这不是什么好事还总催我谈恋爱结婚，自己不觉得丢人吗？

社工：你说的“那些人”是指你的家人吗？但是当时你也是因为对方出轨了一时间忍不住才打了对方，如果是我我会理解的啊，并不是所有人都介意的。

案主：（叹气）肯定多少会介意的。就是家里那些人，我都不想提了他们还老催，想到这些就不想回家就很烦。

社工：你的家人因为这件事情怨过你吗？你身边有其他人和你提起这件事吗？

案主：这倒没有，之前在家待了几天，走在路上看到邻居都觉得怪怪的，他们估计也知道了吧，每家大大小小的事也都瞒不住。

通过本次访谈社工了解到，案主在工作上向着之前规划的方向发展，有了令人惊喜的变化，准备从之前的朋友那边进一批新货，收入也会增加。但谈起案主的上段恋爱经历，案主有些逃避并觉得因为殴打他人并被行政拘留可耻的事情，这也是导致案主择偶自卑很重要的原因，在被拘留这件事情上，案主和家人的观念有些分歧，案主夸大了家人以及身边人对这件事情的重视程度。

## 5. 介入策略:

正好下周案主的母亲过生日案主要回老家,社工计划将下次访谈的地点设置在案主的家中,社工对案主自卑的原因有所掌握,借此机会和案主的家人沟通交流,安排案主和家人一起访谈有助于打开案主的心结。

社工计划在下次去案主家中访谈时进一步明确案主所拥有的家庭资源和社会资源,为案主战胜自卑心理提供条件。

## 6. 跟进计划:

本次访谈了解到案主 M 对于第二段感情投入了很多,但最后的结果让案主很受伤,很大程度上让案主不愿开启新的恋情,案主在意别人的眼光,担心别人对自己被拘留过的事情产生歧视。下一步需要了解案主家人对其婚恋问题和拘留问题的态度,了解案主和家人的冲突点,尝试从家庭层面疏导案主的情绪。

### (3) 第三次介入

1. 时间: 2021 年 8 月 15 日。

2. 地点: 案主 M 的老家。

3. 目标: 此次访谈在案主家中进行,借此机会和案主的家人沟通交流,安排案主和家人一起访谈有助于打开案主的心结。社工计划在下次去案主家中访谈时进一步明确案主所拥有的家庭资源和社会资源,为案主战胜自卑心理提供条件。

#### 4. 面谈情况概况:

(社工在案主母亲生日的前一天下午来到案主老家,其父母还有哥哥、嫂子都住在一起,社工和案主的家人问好并寒暄,随后将话题转移到案主身上)

社工: 叔叔阿姨, M 多久回一次家呀,你们常来镇上看他吗?

案主母亲: (笑着)他不常回来,又不愿回来,回来也不大和我们说话,我和他爸腿脚不大行,还有地要管,我们也不大去镇上,上个月去了一次。

社工: M 说你们对他感情上的事情挺操心的,你们是不是希望他尽快成家

案主父亲: 肯定啊,他都不小了,他哥也是他这么大的时候结的婚,我们村里的结婚都早嘛,我和她妈 20 岁就生了他哥了,他再不结就是“光棍”了(案主父亲开玩笑,案主一脸无奈)

社工: M 和我聊的时候感觉他不太想谈恋爱,有点抵触,这个情况你们知道吗?

案主母亲: 哎呀,他这孩子脸皮太薄,不就是之前拘留那个事嘛,村里也有些小孩偷东西、抢劫被判过,都改了嘛还有啥影响,他就是想不开。好多人还给我介绍小姑娘, M 这小子都不理我。

社工: 叔叔阿姨,我理解你们的想法,我也安慰 M 这件事是可以理解的,不

全是 M 自身的问题，他对女生也挺体贴的。再就是他觉得自己条件不够好，难以达到结婚的标准，这个他和你们说过吗？

案主哥哥：哪里条件不好啊，咱家一直都这样我不都结婚了，你问问你嫂子觉得我们家很差吗，你结婚大家肯定都会给你凑钱的，爸妈在我结婚的时候就留好了一些给你的钱，你咋这样想，你不还有工作吗，自己不也挣钱，咋就结不起婚了。

（案主沉默了）

案主父亲：M（叫了 M 的小名），咱家肯定不如城里那些年轻人的家条件好，但大事上也不会亏待你的，你前几年去城里可能有钱的见得多了，咱没法和人家比，你既然选择回来了就安安稳稳过小日子就行了，也别羡慕别人，咱自己也不用被别人看不起。

本次访谈社工了解到，案主和家人们之前很少讨论婚恋问题和案主被行政拘留过的问题，案主和家人们之间对这两件事的认识也出现了分歧，同时案主对家人的真实想法和家庭的具体情况了解也不够深入，访谈中家人的回答更是让案主直接选择了沉默，案主也意识到了自己和家人之间的沟通是比较欠缺的，没有很好地理解家人。

#### 5. 介入策略：

社工提醒案主 M 再回顾一下访谈过程中父母、哥哥说的话，让案主主动去总结自己和家人意见不一致的点以及案主对家人的误解，并建议案主对于自己想不通的地方再去和家人进一步沟通，只有双方理解对方的想法才能缓和案主与家人的冲突，缓解其与家人的矛盾。

社工建议案主主动了解家人想给其介绍的对象的情况，让家人对两家人的家庭条件进行比较和衡量，以改变案主对自身条件不自信的想法，缓解案主的自卑心理。

#### 6. 跟进计划：

本次访谈发现了案主和家人观念上的冲突点，他和家人对于家庭条件、恋爱、拘留问题的看法有较大的出入。社工计划下次访谈时对案主和家人的观念做进一步的澄清，让案主明白家人的态度，进一步明确案主现阶段的资源。

#### （4）第四次介入

1. 时间：2021 年 8 月 21 日。

2. 地点：案主 M 的老家。

3. 目标：了解案主在与家人沟通后对自身条件和婚恋问题的看法，以了解经过前三次个案介入为案主制定的目标是否有所实现或者朝着改变的方向发展。进

一步明确案主现有的个人资源、家庭资源、社会资源，进一步为案主树立信心。

#### 4. 面谈情况概况：

案主的心态有了较大的变化，案主也表示和家人沟通后之前的部分心结和矛盾逐渐解开了。案主意识到自己过去很在意自己的条件并为其感到自卑是因为总是和比自己条件好、出身好的人比较，案主意识到自己沉浸在被拘留过这个“罪行”的本身，而没有考虑到身边的人其实并没有把这件事看得很重要，自己夸大了这件事情的负面影响也加重了自己的罪恶感。同时，也表示愿意尝试和家人介绍的相亲对象作进一步的接触。

社工在访谈中，刻意再一次和案主一同分析了其现阶段所拥有的资源优势：第一，案主是有一技之长的，而且目前的工作也是比较稳定，特别是案主为工作的手机店里增加了销售产品种类和进货来源渠道后，通过提成，案主的收入有了不小的提高，案主也在慢慢养成攒钱的良好习惯；第二，案主家庭的经济收入是比案主之前设想的要好不少的，可以保证案主在真的需要结婚的时候提供一定的资金支持；同时案主的哥哥工作时间也比案主长，这些年也有了些经济基础，积攒了些资金，在其结婚时可以帮助其填补彩礼钱；第三，案主之前在深圳发展认识的朋友是案主的社会资源，对于案主目前职业的发展和积累资金有一定的帮助；第四，案主在感情中比较照顾人，也懂得考虑对方的想法和感受，这也是在一段感情关系中的优势，能给对方一定的安全感。案主身高 175cm，在本地人里这一身高条件较有优势，整体形象气质较好，这些外在条件也会给案主婚恋择偶带来优势。

#### 5. 介入策略：

案主当前的改变较为明显，愿意主动与家人介绍的相亲对象见面，下次介入可以准备结案。本次访谈中社工也肯定了案主的变化，对他主动和家人做进一步沟通表示肯定和表扬，赞许案主为了自己择偶问题是愿意做出改变和进步的，社工告诉案主下次见面准备结案了，让案主早有心理准备，并提醒他如果有其他困惑可以提前准备好，下次见面时提出。

#### 6. 跟进计划：

本次访谈中案主的情绪有了较大的改变，没有之前的消沉感了，在择偶方面的自卑感也减轻了很多。案主也意识到之前自己的想法过于想当然，只是从自己的角度揣测他人的想法，曲解了身边人的真实意思。案主的改变较为明显，愿意主动与家人介绍的相亲对象见面，下次介入可以准备结案。

### （5）第五次介入

#### 1. 时间：2021 年 8 月 29 日。

2. 地点：案主 M 工作的手机店。

3. 目标：与案主回顾介入过程，总结有关情况。

4. 面谈情况概况：

社工和案主 M 回顾了个案工作的一整套工作过程。从一开始的分析问题，到之后的解决问题，总结了个案工作开展以来的所有过程，巩固案主择偶自信心的提升和已取得的改变。案主在本次面谈中没有再提出新的问题。

5. 介入策略：

社工与案主再次强调正确认知自我、树立择偶自信心的重要性，请其保持目前的择偶心态，提醒案主要多和父母、哥哥沟通，坦诚敞开心扉，家人永远是支持自己的后盾，不要过度揣测身边人的想法。继续暗示案主 M 在感情中是体贴且条件不差的，引导鼓励案主时刻不要忽视这些优点，也不要放大自己的不足，保持住目前的良好心态，避免再产生择偶自卑心理，努力往好的方向发展。

6. 跟进计划：案主已经取得较大变化，进行结案。下一步，将适时进行回访。

### 5.3.5 结案和评估阶段

社工很大程度消除了案主 M 的择偶自卑心理问题，做到悦纳自己，建立起择偶自信并树立正确的婚恋认知；帮助 M 营造和谐的家庭氛围，缓和家庭矛盾；帮助案主 M 扩大交际范围，丰富自己的业余生活；帮助案主建立攒“老婆本”的意识，帮助案主合理规划收入的使用等目标，案主都有改善并向着社工计划的方向改变和发展。

最后，通过《自卑感量表》对案主自卑程度进行了后测，其分值为 2.91，较前测自卑程度分值 4.14 降低了 1.23，介入效果较好，故结案。

### 5.3.6 回访

在结案三个月后，社工通过面谈的方式对案主 M 进行了回访。了解到：

第一，案主 M 已经基本走出此前择偶失败经历的阴影，特别是当社工再次提及案主之前的恋爱经历的时候，明显感觉其心态平和了许多，可以看出之前择偶的失败经历对其自卑心理的影响已经大大减轻。同时，回访的过程中，社工还了解到案主 M 在结案后愿意接触相亲对象，目前已找到了新的女朋友，开展了新的恋情。

第二，案主 M 明显比之前更加自信，特别是随着收入的提高（帮助老板从深圳朋友那里进货手机后，每个月的提成收入增加了一千多元），其对自尊的认同感明显增强，在与异性朋友日常交往的过程中，沟通交流更加顺畅、更加具有底

气，行为举止也明显感觉比以前更加自信了。

第三，在消除案主 M 对家庭的片面认识以及帮助其与家人实现更加顺畅的沟通交流后，其在择偶方面得到了更多家庭资源的支持，案主目前的女朋友，就是通过其嫂子介绍认识而后发展起来的。

## 第六章 农村男青年择偶自卑心理的对策研究

基于本研究对广东省阳江市江城区A镇22-35岁未婚男性青年择偶自卑心理问题的调查研究、原因分析以及个案社会工作介入实践,从个人、家庭、社会三个层面,提出一些具有针对性的对策建议。

### 6.1 个人层面

第一,帮助树立自信心,逐步克服择偶自卑心理。在介入农村男青年择偶自卑心理问题的过程中,首先要帮助案主调整自我认知,引导案主更加客观的看待择偶问题,保持积极乐观的心态,避免因此前一两次的择偶失败经历,就开始否定自己,甚至是怀疑自己,失去对自身的信心。引导案主把择偶的失败经历当做自己择偶路途中的“养分”,每一次的失败经历都会使自己对择偶产生更加深刻的认识,进而逐步培养并增强其择偶的自信心。帮助案主学会用更加平和的心态坦然面对择偶困难,特别是发现自己产生较大择偶压力的时候,学会调整自己的心态,注重加强与亲戚朋友的沟通交流,及时排解压力,避免进一步恶化成为自卑的心理问题。另外,要注重帮助案主树立正确的人生观、价值观,结合个人实际更好制定人生规划和婚恋计划,坦然面对外界对个人的看法,做出最适合自己的择偶选择,进而脚踏实地,一步一步朝着一个又一个小计划和小目标迈进,进而实现个人最终的择偶目标。

第二,确立更加符合自身实际的择偶标准,减少在对比中产生择偶自卑心理。不同的个体,其学历、收入水平、外貌等个人自身条件、家庭背景情况以及所在地区的风俗习惯是存在较大差异的。在社工介入的过程中,要更好运用优势视角理论,帮助案主更加清晰掌握自身的优点长处以及缺点不足、更加充分挖掘自身的优势资源,给自己确立更加清晰、贴合自身实际的择偶标准。特别是要注重引导案主不要过多和同辈群体进行对比,毕竟每一个个体的实际都存在较大差异,只有扬长避短才能更好实现个人的择偶目标。同时,要帮助案主避免过多受偶像剧、网络、游戏、小说等影响,避免产生一些不切实际的、虚幻的择偶偏向。总之,要注重引导个体在择偶过程中及时总结思考,不断修正自我认知,进而逐渐形成与自身相契合的择偶标准,这样才不会因为预期过高导致失望过大,长期如此就会引起对自身的否定,造成择偶自卑。

第三,不断提升沟通交流能力,减少择偶面对面沟通障碍。择偶的过程,其实就是双方不断深入交往的过程。实现男女双方更加深入的交往,必须要掌握良好的沟通技巧,建立良好的沟通渠道。因此,在社工介入帮助农村男青年减轻择

偶自卑心理的过程中,提高其与异性的沟通技巧也尤为重要。首先,要引导案主克服由于个人此前的择偶失败经历造成自己对异性的固有偏见,给予双方更多的接触交流机会,减少过早否定的情况。其次,要帮助案主掌握更多与女性的沟通交流技巧,以便更好发现双方都感兴趣的话题,打破不熟悉的局面,让对方感受到更多的情绪价值,从而缩短双方的距离。最后,要提高案主的聆听能力,引导案主在聆听中更好了解对方的真实内心想法,进而实现更加直接有效的沟通,避免“免话不投机半句多”的尴尬局面。

第四,不断提高经济收入水平,夯实择偶的物质基础。前文研究我们也可以发现,收入水平是影响农村男青年择偶自卑心理的重要因素。帮助农村男青年克服择偶自卑心理问题,需要充分运用社会支持理论,多渠道想办法帮助案主增加收入。一方面,要帮助案主拓宽收入来源。通过充分挖掘身边朋友、同事或者生意伙伴的资源,帮助案主增加收入的渠道;特别是对于大部分都是“打工”一族的农村男青年来说,对其进行就业指导,提升个人专业技能,是提高工资的最有效途径。另一方面,要帮助案主“节源”,也就是要帮助案主树立攒钱的理念,每个月都固定存一些钱起来,减少一些“吃喝玩乐”的开支,逐渐把“老婆本”攒起来。

## 6.2 家庭层面

家庭作为个体在社会中最重要、最亲密的支持系统,在个案介入农村男青年择偶自卑心理问题的过程中,帮助案主调试家庭关系、重构积极的家庭支持系统,更好发挥家庭支持系统的功能,也显得尤为重要。

第一,农村家庭的父母,文化水平普遍不高、思想观念也比较陈旧,对子女的理解与包容是比较欠缺的。在介入农村男青年择偶自卑心理问题的过程中,要帮助案主父母修正对择偶行为的认知,引导案主父母给予子女更多的理解、包容以及支持,努力为子女营造更加包容开放的家庭氛围,力争在择偶上为子女提供一定的精神支持与慰藉。

第二,引导案主父母在平时生活中多与子女交流,及时掌握子女的最新思想动态,特别是关于择偶方面的最真实的内心想法,给子女更多的帮助和指导,为子女提供更好的情感陪伴与支持。鼓励农村男青年主动与父母进行沟通交流,多向父母表达自己最真实的想法与需求,力求得到父母的帮助与支持,比如介绍对象、经济支持、情感慰藉等。

第三,减轻传统观念对农村家庭父母的影响,避免家庭对子女形成的催婚压力。通过加强与案主父母的沟通,减少父辈将子女超龄未婚或者把子女之前的失



败择偶经历挂在嘴边，天天念叨，避免无形中增加了子女的心理压力，造成心理负担，时间一长，更容易加重子女的择偶自卑心理。

第四，对于原生家庭父母文化水平不高的，在缺乏沟通交流方法技巧、无法很好与子女进行沟通交流从而导致个体出现择偶困难或择偶自卑的情况，建议可以寻求专业的社工机构介入，帮助个体减轻原始家庭造成的心理影响，减轻心理负担，帮助子女克服择偶自卑心理、重新找回择偶的信心。

## 6.3 社会层面

第一，舆论媒体应该对“剩男”“剩女”进行更多正面的宣传引导，减少对未婚男青年的标签化、污名化，减轻来自社会舆论层面给未婚男青年带来的压力。

第二，充分发挥当地村委会对本地区婚恋风俗文化的塑造和引导作用，避免赋予农村未婚男青年过多的“传统”看法，尽量为农村男青年营造更加自由包容的婚恋生活环境。

第三，通过与专业的社工机构合作，在有条件的地区建立社工站、购买社工服务，为心理自卑比较严重、难以靠自身以及家庭的帮助走出择偶困境的个体提供专业的服务，不断强化对农村男青年的择偶支持。

第四，积极对接民政、团委、妇联等有关政府部门，定期或不定期为农村未婚青年组织开展相亲联谊等活动，给农村男青年创造更多择偶机会，避免农村男青年长期缺少择偶对象，造成心理扭曲、加重择偶自卑心理。

## 第七章 反思与展望

### 7.1 反思

社会工作的优势在于，它是一门秉持助人自助的理念，相信每个人都有自己的优势与资源，每个人都能够通过激发自身的潜能，提升自己。在本研究中，社会工作介入农村男青年择偶自卑心理的个案研究，案主 M 是因自身的身份以及之前的恋爱关系里遭受了重大挫折，以至于在择偶问题上有很严重的自卑心理。在个案介入过程中，我们更多的是强调案主的自我成长，调整案主及其社会支持环境、挖掘案主资源，在努力提升其社会支持网络的基础上，在案主否定自己时一直给予案主正向的鼓励和肯定，促使其努力往好的方向发展。与此同时，还不断提升案主的个人技能和理财意识，为案主今后的婚恋关系奠定良好的思想基础和能力基础。在最终的结案评估中，案主的自卑心理有明显的改善。

但值得我们反思的是，尽管在这个个案里面，社会工作的确实现了案主自卑心理的改善，但面对广大农村青年择偶自卑问题是难以完全解决的。首先是社会工作本身在农村地区被社会民众所熟知的概率是较小的，其次，农村男青年择偶困难其实是一个结构性问题，农村男女比例失调、婚恋择偶中对于男性的高物质要求，已经成为一种社会风气，很难通过个案工作来完全改变。最后，在问卷调查以及自卑感量表测量中，其实有一些择偶自卑问题更加严重的男青年，还是不愿意接受社工的帮助，秉持着案主自决、知情同意的原则，社工才选择个案 M 作为本研究的研究对象。此外，在社会工作介入过程中，社工对于访谈内容、说话方式技巧，说话的语气等都还是有所欠缺，开展介入的业务能力以及综合素养还有待提高。

### 7.2 展望

在本研究中，个案工作在解决农村男青年择偶自卑心理问题改善方面有很好的效果，可以进一步扩展社会工作对于解决农村男青年择偶自卑心理问题也是切实可行的。本研究仅仅是从个案工作的角度去介入，在社会工作领域里，还有小组工作、社区工作等方法。希望在今后的研究中，能够从小组工作的角度介入农村男青年的择偶自卑心理问题，也希望从社区工作的角度在改善农村青年择偶、婚恋关系、嫁娶婚俗等社会风气和社会环境方面，能够有更多的尝试和探索。与此同时，也希望能在社会工作服务过程中，采取更加丰富的形式去呈现社会工作服务实践的结果，更好的为其他社会工作者提供参考。同时，我们也希望能够

有更多的社工关注农村男青年的择偶自卑心理问题，帮助他们建立婚恋信心，组建幸福家庭。

## 参考文献

- [1]杨善华编著.家庭社会学[M].北京:高等教育出版社, 2006.
- [2]何雪松.社会工作理论[M].上海:格致出版社.上海人民出版社, 2007.
- [3]宋书文主编.心理学词典[M].南宁:广西人民出版社, 1984.
- [4]中国社会工作教育协会组编, 许莉娅主编.个案工作[M].北京:高等教育出版社, 2004.
- [5]国家统计局.中国统计年鉴 2021[M].北京:中国统计出版社.2021.
- [6]杨清主编.简明心理学辞典[M].长春:吉林人民出版社, 1985.
- [7]费穗宁, 张潘仕.社会心理学词典[M].河北:河北人民出版社, 1988.
- [8]林崇德, 杨治良, 黄希庭主编.心理学大辞典(上)[M].上海:上海教育出版社, 2003.
- [9]时蓉华主编.社会心理学词典[M].成都:四川人民出版社, 1988.
- [10]心理学百科全书编辑委员会.心理学百科全书[M].杭州:浙江教育出版社.1995.
- [11]威廉·J·古德著.家庭[M], 魏章玲译.北京:社会科学文献出版社, 1986.
- [12]弗洛伊德著.爱情心理学[M], 林克明译, 北京:作家出版社:1986.
- [13]阿尔弗雷德·阿德勒(Alfred Adler)著.自卑与超越[M].陕西:陕西师范大学出版社, 2020.
- [14]杰拉尔德·R.莱斯利.社会脉络中的家庭[M].华夏出版社:1982.
- [15]王登峰, 张伯源.大学生心理卫生与咨询[M].北京:北京大学出版社, 1992.
- [16]袁之琦, 游恒山编译.心理学名词辞典[M].台北:五南图书出版公司, 1986.
- [17]汪向东, 王希林, 马弘.心理卫生评定量表手册(增订版)[M].北京:中国心理卫生杂志社, 1999.320-322.
- [18]家庭论[M].(美)加里·斯坦利·贝克尔(Gary Stanley Becker)著, 王献生, 王宇译.商务印书馆, 2005.
- [19]Grady Klein, Danny Oppenheimer 著.图解心理学[M].徐玥, 郭景瑶译.北京:电子工业出版社, 2019.
- [20]Melanie J.V.Fennell.战胜自卑[M].周晓林等译.北京:中国轻工业出版社, 2001.
- [21]爱情心理学[M].(奥)弗洛伊德(Freud, S·)著, 林克明译.作家出版社, 1986.
- [22]杰拉尔德·R·莱斯利, 社会脉络中的家庭[M].华夏出版社, 1982:186.
- [23]现代汉语词典[M].北京:商务印书馆, 1999:1666.
- [24]韩丕国, 大学生自卑心理:基于社会比较的研究[M].中国成人教育, 2014, 12.
- [25]刘利鸽, 靳小怡.社会网络视角下中国农村成年男性初婚风险的影响因素分析[J].人口学刊, 2011(02):21-30.
- [26]冯世平.择偶:一个渗透着父母意志的过程——简析甘肃农村父母对子女择偶行为的影响[J].甘肃社会科学, 1998, (2):46-47.
- [27]臧连贺.东北农村青年择偶观问题的调查与研究——以东北 A 村为例[J].吉林农业, 2015(03):125.

- [28]陈冬云.大学生自卑心理探析[J].山西科技, 2006(01):76-77+79.
- [29]张国蓉.贫困大学生自卑心理探析[J].教育探索, 2010(01):137-139.
- [30]成孟丽, 刘志娟, 彭玉梅等.地方高校大学生自卑心理及其影响因素研究[J].中国培训, 2016(12):35+38.
- [31]李艺敏, 孔克勤.大、中、小学生自卑感结构及发展特点[J].心理科学, 2010, 33(01):36-40.
- [32]程葵.大学生自卑心理分析及调适[J].湖南税务高等专科学校学报, 2001, 14(1): 52-53.
- [33]张继如.大学生自卑心理及其对策[J].内蒙古大学学报(人文社会科学版), 2000(S1): 210-212.
- [34]伍海霞.农村男性大龄未婚的影响因素分析——来自河北 CC 县调查的发现[J].人口与发展, 2013, 19(03):92-97+84.
- [35]贾志科, 沙迪, 朱鹏举.农村大龄青年的择偶压力及社会风险——基于华北九个村落的实地研究[J].河北大学学报(哲学社会科学版), 2019, 44(05):140-147.
- [36]黄赤兵.高职、成教学生自卑心理及心理适应能力的调查分析[J].福建医科大学学报(社会科学版), 2001.
- [37]蔡溢, 许明智, 谌红献等.缺陷感量表的信效度检验[J].中国临床心理学杂志, 2006.
- [38]李锡书, 伍佳佳.成人高校大学生社会支持与自卑感的关系: 学习倦怠与心理弹性的链式中介作用[J].心理月刊, 2021.
- [39]蒙家宏.大学生自卑心理研究[D].西南师范大学, 2005.
- [40]柳雷. 贫困大学生自卑感内观认知疗法干预研究[D].天津医科大学, 2013.
- [41]王水仙.乌海市初中生自卑倾向调查与教育管理对策的研究.[D].内蒙古师范大学教育硕士学位论文, 2004.
- [42]郭英侠.农村男青年“娶妻难”问题研究[D].河北大学, 2018.
- [43]元珍珍.农村男性青年择偶难问题研究[D].陕西师范大学, 2016.
- [44]马柳丹.社会工作介入 Y 村大龄男青年择偶问题的应用研究[D].贵州大学, 2016.
- [45] 黄雅静.大学生自卑感及其与自我归因、社会支持的相关研究.[D].南京师范大学硕士学位论文, 2003.
- [46] 国家统计局.第七次全国人口普查公报(第四号)[R].2021-05-11..[http://www.stats.gov.cn/tjsj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202106/t20210628\\_1818823.html](http://www.stats.gov.cn/tjsj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202106/t20210628_1818823.html).
- [47]Edward, J.N.Familiar Behavior as Social Exchange. Journal of Marriage and the Family.1969(31):518-526.
- [48]Salts, Connie J, Seismore, Melisa D, Lindholm, Byron W, Smith&Thomas.Attitudes Toward marriage and premarital sexual activity of college freshmen[J]. Adolescence, 1994, 29(116): 775-779.
- [49]Perilloux, C, Fleischman, D. S., & Buss, D. M. Meet the parents: Parent-offspring convergence and divergence in mate preferences. Personality and Individual Differences, 2011:253-258.

- [50]Cseh, A.Heeger, K. “The stable marriage problem with ties and restricted edges.” *Discrete Optimization*, 2020(1):571-582.
- [51]Nansook Park. *Classifying and Measuring Strengths of Character*[J]. *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (3rd edn), 2021.
- [52] Saleebey, Dennis. *The Strengths Perspective in Social Work Practice: Extensions and Cautions*. [J]. *Social Work*, 1996, Vol.41(3):296-305.
- [53]Winch, Robert F.. *Mate-selection; a study of complementary needs*. [J]. Oxford, 1958
- [54]Goode, W.J, *The Theoretical Importance of Love*. [J] *American Sociological Review*, 1959.
- [55]Burleson Kathryn, Leach Colin Wayne, Harrington David M. *Upward Social Comparison and Self-concept: Inspiration and Inferiority among Art Studies in an Advance Programme*. *British Journal of Social Psychology*, 2005.

## 附录：《自卑感量表》（FIS）

这是一份测量自卑感的调查问卷，分为个人基本情况部分以及自卑感量表部分。问卷采取不记名的方式，所得资料仅供学术分析使用，对于您的答卷内容我们将严格保密，请您安心填答。

自卑感量表由 36 个题目组成，均为单选题。请您仔细阅读每个题目，并衡量自己的实际情况与题目描述情况的符合程度，并使用数字 1-7 表示出来，随着数字的增大，符合程度递增。“1”表示从来没有，“7”表示总是如此。请您根据实际情况进行选择，并将您选定的数字填入括号内，每个题目只有一个选择。再次感谢您的参与和支持。

### 一、个人基本情况

(1) 性别：（ ） [单选题]

1. 女 2. 男

(2) 户口：（ ） [单选题]

1. 城市 2. 农村

(3) 婚姻状况：（ ） [单选题]

1. 已婚 2. 未婚

(4) 年龄：（ ） [单选题]

1. 18-21 岁 2. 22-30 岁 3. 31-35 岁

(5) 独生子女：（ ） [单选题]

1. 是 2. 否

(6) 学历：（ ） [单选题]

1. 初中及以下 2. 高中 3. 大学 4. 硕士及以上

(7) 月经济收入：（ ） [单选题]

1. 1500 及以下 2. 1501-3000 元 3. 3001-4500 元 4. 4501 元以上

### 二、自卑感量表

1. 你是否经常觉得自己比不上所认识的大多数人？（ ）

2. 你是否曾经认为自己是个毫无价值的人？（ ）

3. 你对你所认识的人有朝一日将看得起你尊敬你有多大信心？（ ） [逆]

4. 你是否曾对自己灰心丧气，以至于开始怀疑自己是否是个有价值的人？  
（ ）

5. 你是否经常感到讨厌自己？（ ）

6. 一般来说，你对自己的能力有多大信心？（ ） [逆]

7. 你是否经常感到自己什么事也做不好? ( )
8. 你对与其他人相处得如何有多大担心? ( )
9. 你是否经常担心由你的所做所为, 招致老师或雇主的批评? ( )
10. 当你走进一个房间, 那里已聚集了其他人, 而且正在谈话, 你曾感到害怕和焦虑吗? ( )
11. 你是否经常感到局促不安? ( )
12. 在你的工作或学习中, 你对其他人把你看作成功者还是失败者的担心有多大? ( )
13. 在人群当中, 找到得体的交谈话题对你来说有困难吗? ( )
14. 当你犯了一个令人难堪的错误或做了某件使你看起来显得愚蠢的事情时, 要淡忘它你需要花多长时间? ( )
15. 遇见陌生人时你常感到不自在吗? ( )
16. 你是否经常担心别人会不会愿意同你在一起? ( )
17. 你是否经常为羞怯所烦扰? ( )
18. 当你认为你遇到的一些人对你的看法不佳, 你对此有多关注或担忧? ( )
19. 你是否经常因为其他人对你的看法感到焦虑或不安? ( )
20. 如果在课堂上你必须阅读一篇文章并弄懂它的含义, 你对此有多担心或焦虑? ( )
21. 当你必须写一份意见书用以说服可能与你有不同看法的老师, 你对此会  
有多担心或焦虑? ( )
22. 当你完成以书面形式表达自己的观点这类作业时, 你常感到困难吗?  
( )
23. 在课堂阅读理解的练习中, 碰到困难的情况有多频繁? ( )
24. 你是否经常想象自己的学习能力比同学差? ( )
25. 在交一份重要作业如学期论文时, 你认为自己做得很出色的次数多吗?  
( ) [逆]
26. 与同学们相比, 你感到自己必须学习更努力, 才能取得和他们一样的成绩, 这种情况多吗? ( )
27. 你曾为自己的体格或形象感到惭愧吗? ( )
28. 你时常感到你的大多数朋友或同伴在身体上比你更有魅力吗? ( )
29. 你时常希望或幻想自己变得更漂亮些吗? ( )
30. 你对自己吸引异性的能力是否曾感到过担心或焦虑? ( )
31. 你对其他人认为你的外表有吸引力的自信程度有多大? ( ) [逆]



32. 你有没有想过自己身体上不协调？（ ）
33. 你是否感到自己在体育运动能力上不如其他大多数人？（ ）
34. 当你参加那些需要身体协调性的体育活动时，你常担心自己会做不好吗？（ ）
35. 你有没有想过自己缺少跳舞的才能，或者对涉及到身体协调性的运动不擅长？（ ）
36. 当你尽力想在某项体育活动中表现出色，而且你知道其他人正在观看时，你会显得不安或惶恐吗？（ ）