

■ 学前教育专业发展

# 中职学前教育专业女生应对方式、 心理弹性与负性情绪的关系研究

——以茂名市某中职学校为例

袁文萍<sup>1</sup>, 马磊<sup>2</sup>

(1. 广东茂名幼儿师范专科学校教育系, 广东茂名 525000; 2. 广东石油化工学院高州师范学院, 广东高州 525200)

**摘要:**采用简易应对方式问卷、青少年心理韧性量表和抑郁—焦虑—压力量表简体中文版对中职学前教育专业女生进行调查,以探讨中职学前教育专业女生应对方式、心理弹性和负性情绪三者间的相互关系。结果表明,(1)不同生源地(城镇/农村)学生在消极应对、抑郁、焦虑、压力、负性情绪上的得分有显著差异;(2)不同年级(中职一、二、三年级)的学生在消极应对得分上有显著差异;(3)中职学前教育专业女生消极应对与抑郁分量表、焦虑分量表、压力分量表、负性情绪总分均显著正相关,心理弹性与消极应对、抑郁分量表、焦虑分量表、压力分量表、负性情绪总分均呈显著负相关;(4)心理弹性在消极应对与负性情绪之间起显著的中介作用,中介效应占总效应的比例为 50.88%。

**关键词:** 学前教育专业学生; 应对方式; 心理弹性; 负性情绪

**中图分类号:** G610

**文献标识码:** A

**文章编号:** 2095-770X(2019)02-0076-05

**PDF 获取:** <http://sxxqsfxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

**doi:** 10.11995/j.issn.2095-770X.2019.02.016

## The Relationship among Coping Style, Mental Elasticity and Negative Emotions of Female Preschool Education Majors in Secondary Vocational Schools

—Taking a Secondary Vocational School in Maoming as an Example

YUAN Wen-ping, MA Lei

(1. Guangdong Preschool Normal College in Maoming, Maoming, Guangdong 525000, China;

2. Gaozhou Normal College, Guangdong University Of Petrochemical Technology, Gaozhou, Guangdong 525200, China)

**Abstract:** The study approaches the relationship among coping style, mental elasticity and negative emotions of female preschool education majors in secondary vocational schools by Simplified Coping Style Questionnaire, the Resilience Scale for Chinese Adolescent and the Depression Anxiety Stress Scale. The results show that: (1) There are significant differences in the scores of negative coping style, depression, anxiety, stress and negative emotions between the town and rural students. (2) There are significant differences in scores of passive coping among students in different grades. (3) Negative coping is positively correlated with depression, anxiety, stress and negative emotions, and resilience is negatively correlated with negative coping, depression, anxiety, stress and negative affect. (4) Resilience plays a significant mediating role between negative coping style and negative emotion, and the ratio of mediating emotion to total effect is 50.88%.

**收稿日期:** 2018-07-25; **修回日期:** 2018-09-29

**基金项目:** 广东省教育厅 2017 年度重点平台及科研项目(2017GWQNCX072); 2017 年度茂名市哲学社会科学规划项目(2017YB14); 广东茂名幼儿师范专科学校 2018 年度教育科学“十三五”规划课题(2018GMYSKT02)

**作者简介:** 袁文萍,女,河南泌阳人,广东茂名幼儿师范专科学校讲师,主要研究方向:青少年心理健康研究。

**Key words:** preschool education students; coping style; resilience; negative emotion

## 一、问题提出

学前教育作为我国国民教育体系的基础部分,近年来随着我国经济的发展和时代的进步,人们逐渐开始重视学前教育。越来越多的学校开设学前教育专业来缓解幼儿园师资紧张的问题,学前教育专业学生就是专门经过幼儿教育技能的基本训练从而具有在托幼机构进行教育、保育的专业专职幼儿教师。但是目前公办幼儿园数量较少、教师待遇低、公众对幼儿教师的职业偏见等方面的因素,可能会使部分学前教育专业学生产生焦虑、抑郁、压力等负性情绪和心理问题。负性情绪(negative affect, NA)作为一种不愉快的主观体验,包括各种令人厌恶的情绪状态,如紧张、抑郁、恐惧和愤怒等<sup>[1]</sup>。但个体在应对环境中的不利时也会表现出明显的个体差异,有的个体负性情绪体验深刻,而有的个体体验到情绪强度一般或比较轻微,这主要是心理弹性在起作用。心理弹性(resilience),又可称为心理韧性、复原力或抗逆力,指心理功能未受到曾经历的或正在经历的严重压力、逆境、创伤、悲伤、威胁的损伤性影响,甚或愈挫弥坚的心理发展现象<sup>[2]</sup>。研究发现,心理弹性是个体心理健康的保护性因素,能降低个体抑郁的风险<sup>[3]</sup>,而个体情绪的产生是利用自身内外各种资源来应对挫折和压力后的结果。应对方式(coping style)又可称作应对策略或应对机制,是指个体在面对挫折和压力时所采用的认知和行为方式<sup>[4]</sup>。研究表明,适宜的应对方式有利于缓解和调节应激情景对个体的压力,对维护身心健康起着重要作用<sup>[5]</sup>。

另外有研究表明,在被调查的中职学生中有近20%存在学习、人际关系、消极的心理状态等心理健康问题<sup>[6]</sup>。但由于男、女两性在身心、社会角色等方面的差异,中职女生的心理健康问题比男生表现得更加突出<sup>[7]</sup>,女性焦虑、抑郁等负性情绪的发生率高于男性<sup>[8]</sup>。女性的认知敏感性、对应激事件的消极认知等可能使女性更易产生焦虑抑郁情绪等心理问题。因此,本研究试图探讨中职学前教育专业女生应对方式、心理弹性与焦虑、抑郁等负性情绪间的关系,以有效地减少中职学前教育专业女生消极情绪,增强其心理弹性水平,提高社会适应能力提供相应的对策,为更好地开展心理健康教育提供理论依据。

## 二、研究方法

### (一)研究对象

采用随机抽样的方法,对某中职学校校内学前教育专业三个年级的女生进行问卷调查,共发放问卷300份,剔除信息不全、做题不完整和有规律作答等无效问卷后得到有效问卷252份(问卷的有效回收率为84%)。其中一年级94(37.30%)人、二年级71(28.17%)人、三年级87(34.52%)人。城镇83(32.94%)人、农村169(67.06%)人,年龄在15~19岁之间。

### (二)研究工具

1. 简易应对方式问卷(Simplified Coping Style Questionnaire, SCSQ)

该问卷中文版是由解亚宁结合我国文化的特点而编制的自评量表<sup>[9]</sup>,包括20个条目。问卷由积极应对(由条目1—12组成)和消极应对(由条目13—20组成)两个维度(分量表)组成。问卷采用likert四级评分,“不采用”、“偶尔采用”、“有时采用”和“经常采用”相应的评分为0、1、2、3。评分结果为积极应对维度得分和消极应对维度得分。该问卷具有良好的信效度,量表的重测相关系数为0.89,全量表的Cronbach $\alpha$ 系数为0.90,积极应对分量表的 $\alpha$ 系数为0.89;消极应对分量表的 $\alpha$ 系数0.78。

2. 青少年心理韧性量表(The Resilience Scale for Chinese Adolescent, RSCA)

该量表是由胡月琴和甘怡群于2008年编制而成<sup>[10]</sup>,共包含27道题目,分为目标专注、积极认知、情绪控制、人际协助和家庭支持五个维度。量表采用1~5的likert 5点计分法,完全不符合记为1分,完全符合记为5分,其中有12道题目为反向计分,得分越高表明个体的心理韧性越好。该量表具有良好的信效度,量表初测的内部一致性系数为0.85,复测为0.83。

3. 抑郁—焦虑—压力量表简体中文版(Depression Anxiety Stress Scale 21, DASS-21)

该量表在2010年由龚栩等人<sup>[11]</sup>修订而成,共包含21个题目,用以评定个体过去一周内的消极情绪体验。量表由抑郁、焦虑和压力三个分量表组成,每个分量表包含7个题目。量表采用likert四级计分法,从“不符合”到“最(总是)符合”分别记为0~3分,得分越高,表明个体负性情绪水平越高。该量表具有良好的信效度,总量表的内部一致性系数为0.89。

### (三)数据分析

采用 SPSS20.0 及 PROCESS 插件对数据进行 t 检验、方差分析、相关分析及中介效应检验分析。

## 三、结果

### (一)不同生源地(城镇/农村)学生在应对方式、心理弹性、负性情绪(焦虑、抑郁、压力)的差异分析

表 1 不同生源地学生在应对方式、心理弹性、负性情绪的差异比较( $\bar{x} \pm sd$ )

项目	城镇(n=83)	农村(n=169)	t	P
积极应对	17.04±5.89	16.40±5.44	0.853	0.394
消极应对	8.93±4.40	7.56±4.13	2.426*	0.016
心理弹性	87.86±12.00	90.50±11.91	-1.650	0.100
抑郁	5.23±5.07	3.54±3.48	2.726**	0.007
焦虑	5.49±4.27	4.11±3.39	2.588*	0.011
压力	5.90±4.39	4.76±3.69	2.174*	0.031
负性情绪	16.63±12.96	12.41±9.91	2.614*	0.010

注:\*表示  $P < 0.05$ , \*\*表示  $P < 0.01$ ,下同

表 2 不同年级学生在应对方式、心理弹性、负性情绪的差异比较( $\bar{x} \pm sd$ )

项目	中一	中二	中三	F	P
积极应对	16.07±4.65	17.15±6.50	16.74±5.74	0.789	0.455
消极应对	7.05±3.51	8.35±4.56	8.76±4.58	4.040*	0.019
心理弹性	90.37±12.26	90.13±12.12	88.41±11.60	0.688	0.504
抑郁	3.88±4.36	4.25±4.39	4.21±3.70	0.205	0.815
焦虑	4.16±3.68	4.46±3.61	5.08±3.92	1.399	0.249
压力	4.70±3.58	5.61±4.31	5.22±4.06	1.082	0.341
负性情绪	12.74±10.99	14.32±11.57	14.51±11.04	0.671	0.512

### (三)应对方式、心理弹性和负性情绪(焦虑、抑郁、压力)的相关分析

Pearson 相关分析表明,中职学前专业女生消极应对与抑郁分量表、焦虑分量表、压力分量表、负性情绪总分均显著正相关,心理弹性与积极应对、抑

表 3 应对方式、心理弹性和负性情绪(焦虑、抑郁、压力)的描述统计和 Pearson 相关分析(r)

项目	$\bar{x} \pm sd$	积极应对	消极应对	心理弹性	抑郁	焦虑	压力	负性情绪总分
积极应对	16.61±5.59	1	0.287**	0.274**	-0.115	0.005	-0.047	-0.058
消极应对	8.01±4.26	0.287**	1	-0.271**	0.360**	0.424**	0.361**	0.404**
心理弹性	89.63±11.98	0.274**	-0.271**	1	-0.597**	-0.545**	-0.480**	-0.575**
抑郁	4.10±4.14	-0.115	0.360**	-0.597**	1	0.823**	0.818**	0.939**
焦虑	4.56±3.75	0.005	0.424**	-0.545**	0.823**	1	0.844**	0.942**
压力	5.13±3.96	-0.047	0.361**	-0.480**	0.818**	0.844**	1	0.943**
负性情绪总分	13.80±11.16	-0.058	0.404**	-0.575**	0.939**	0.942**	0.943**	1

### (四)心理弹性在应对方式与负性情绪之间的中介效应检验

以心理弹性为中介变量,消极应对方式为自变量,负性情绪为因变量,采用 Preacher 和 Hayes 提

对不同生源地学生应对方式、心理弹性、负性情绪的 t 检验结果显示,不同生源地(城镇/农村)学生在消极应对、抑郁、焦虑、压力、负性情绪上的得分差异均显著,具体表现为城镇生源学生在消极应对、抑郁、焦虑、压力、负性情绪上的得分均显著高于农村生源学生。而在积极应对和心理弹性的总分上,城镇和农村生源学生均无显著差异,见表 1。

### (二)不同年级学生在应对方式、心理弹性、负性情绪(焦虑、抑郁、压力)的差异分析

方差分析的结果表明,不同年级的学生在消极应对得分上的差异有统计学意义,事后检验表明,中职三年级学生在消极应对上得分显著高于中职一年级的学生( $P=0.007 < 0.05$ ),中职二年级学生在消极应对上得分显著高于中职一年级( $P=0.051$ ),而中职二年级和中职三年级得分差异不显著。而在积极应对、心理弹性与负性情绪(焦虑、抑郁、压力)这些变量上均无显著的差异,见表 2。

郁分量表、焦虑分量表、压力分量表、负性情绪总分均呈显著负相关,心理弹性与积极应对显著正相关,积极应对与抑郁分量表、焦虑分量表、压力分量表、负性情绪总分间的相关不显著(见表 3)。

出 PROCESS 插件中介变量检验方法<sup>[12]</sup>,置信区间设置 95%,选择 5000 样本量,进行 Bootstrap 中介效应的检验。若 95% 置信区间不包含 0 表示中介作用有统计意义,否则,无统计学意义。

结果表明,消极应对方式能够有效的预测心理弹性( $\beta = -0.763, SE = 0.171, P < 0.01, LLCI = -1.100, ULCI = -0.426$ )和负性情绪( $\beta = 0.702, SE = 0.134, P < 0.01, LLCI = 0.439, ULCI = 0.966$ ),心理弹性能够有效的预测负性情绪( $\beta = -0.468, SE = 0.048, P < 0.01, LLCI = -0.562, ULCI = -0.374$ )且各变量间回归系数的95%置信区间均不包含0。消极应对方式通过心理弹性预测负性情绪的间接效应有统计学意义( $ab = 0.357, Boot SE = 0.081, LLCI = 0.213, ULCI = 0.532$ )且效果量的95%置信区间均不包含0,说明心理弹性在消极应对方式与负性情绪之间起显著中介作用且中介效应大小为0.357,中介效应有统计学意义,中介效应占总效应的比例为50.88%。此外,结果还表明,心理弹性在抑郁、焦虑、压力三个分量表中也分别起中介作用且中介效应均有统计学意义( $P < 0.01$ )。

## 四、讨论

### (一)不同生源地(城镇/农村)和年级学生在应对方式、心理弹性、负性情绪(焦虑、抑郁、压力)的差异分析

本研究发现,城镇生源学生在消极应对的得分上显著高于农村学生,这一结果与之前的研究结果相一致。如一项对中职学生的调查也表明在应对方式的消极应对维度上城乡差异显著,城市生源学生比农村生源学生较多地采取消极应对方式<sup>[13]</sup>。这可能是跟城镇和农村学生的生活成长的环境差异有关,从已有的研究结果来看,城镇学生在社会支持的主观支持得分显著低于农村的学生<sup>[14]</sup>。农村学生和同伴、亲朋好友人际关系互动较多,体验到的被尊重、支持、理解的程度较强,而城镇学生接触较多的电视网络等,在面临困难时倾向于采用一些消极方式来应对。

此外,城镇生源学生的抑郁分量表、焦虑分量表、压力分量表及负性情绪总分均显著高于农村生源的学生,这说明城镇籍学生有更多的抑郁、焦虑等负性情绪,个体在负性情绪的影响下可能会更多地采用消极应对的方式。这一研究结果与已有的研究结果相似<sup>[15]</sup>。这可能与中职学前教育专业学生的就业期望和社会对幼儿教师的要求提高有关。一方面,随着农村经济和生活水平不断提高,农村幼儿园的数量也在迅速增加,农村学生的就业选择范围相对较大,这在很大程度上会降低农村学生的就业焦虑,而城镇学生由于就业期望较高,城镇公办幼儿园招考时也会有学历、技能、知识面等诸多限制,很多学生不得不到农村的幼儿园去,这很大程度上加剧了

城镇学生焦虑、抑郁的水平,制约了城镇学生的心理健康水平。

本研究结果显示,不同年级的学生在消极应对得分上有显著差异,相对于中职一年级的学生而言,中职二年级和三年级的学生更倾向于采用消极应对的方式。已有对初中生的研究结果也表明初四学生在遇到困惑时比初二学生更倾向于采用幻想、逃避等消极的应对方式<sup>[16]</sup>。其原因可能在于一年级学生对新环境中的事物感到新鲜好奇,参与的热情也比较高,各种活动都表现得比较积极;再者老师和学长对刚入校园的一年级学生会更关注一些,时常走访宿舍、开展主题班会等帮助其更好地适应新生活,而中二和中三学生随着学业和就业压力的加重,在面对日渐增多的学习困扰时,往往会以消极的方式如幻想、退避等方式来应对。

### (二)应对方式、心理弹性和负性情绪(焦虑、抑郁、压力)的相关分析

本研究结果表明,中职学前专业女生消极应对与抑郁、焦虑等负性情绪均呈显著正相关,这与已有的研究结果一致<sup>[17]</sup>。有研究指出,中专女生采用的忍耐、逃避等消极应对方式使其情绪的表达趋于内在化,从而表现出较多的抑郁、焦虑倾向<sup>[8]</sup>。消极应对方式不仅不能解决问题,还会影响到学生学习的积极性,更容易出现焦虑等状况<sup>[18]</sup>。

本研究结果表明,积极应对与心理弹性显著正相关,消极应对与心理弹性呈显著负相关。张欢等人的研究表明,医学院学生心理弹性总分与积极应对显著正相关,与消极应对呈负相关<sup>[19]</sup>。本研究的结果与已有的研究结果基本是一致的。这说明中职学前教育专业学生在面临应激事件时采用积极的应对方式,会主动寻求帮助和解决问题的方法,能有效地应对挫折,这在一定程度上有利于增强个体的心理弹性水平。

心理弹性与抑郁分量表、焦虑分量表、压力分量表、负性情绪总分均呈显著负相关,这与已有研究结果一致,认为心理弹性与抑郁、焦虑均呈显著负相关<sup>[20]</sup>,这进一步验证了心理弹性是个体心理健康的重要保护因素。心理弹性高的个体,可以启用机体内外的各种保护性因素以使个体应对或减少压力的消极影响,从而可以使个体较少受到焦虑、抑郁等负性情绪的困扰。

### (三)心理弹性在应对方式与负性情绪之间的中介效应检验

本研究对心理弹性的作用进行中介效应分析,结果表明,在控制了中介变量心理弹性之后,消极应对方式对负性情绪的影响显著,区间( $LLCI =$

0.439, ULCI= 0.966)不包含0,表明心理弹性在消极应对方式和负性情绪中间起部分中介效应。即消极应对方式不仅直接地影响负性情绪,还部分地通过心理弹性的中介效应间接地作用于负性情绪。本研究的结果与以往的相似,心理弹性在消极应对方式和心理健康中起部分中介作用<sup>[18]</sup>。在遭遇应激事件时,个体所使用的消极应对方式如逃避、幻想等往往会导致其不能有效地利用内在资源(如积极认知、自我效能感等)和外在各种资源(如社会支持等),容易出现焦虑抑郁等情绪问题。

## 五、结论与建议

综上所述,城镇生源的学生由于成长环境、就业压力等因素会表现出更多的消极应对和焦虑抑郁等负性情绪;中职低年级学生在学习兴趣、动机等方面均高于中高年级;消极应对方式对负性情绪具有较好的正向预测作用,且消极应对方式对负性情绪的影响可能是通过心理弹性为中介来实现的。基于此,可以从以下几方面对学生进行辅导,进而帮助学生提升心理健康程度。

### (一)加大社会支持力度,降低学生的消极应对和负性情绪

交往需要和尊重需要是个体发展过程中的基本需求,在学生入学之初应努力营造和谐温暖互助的班级氛围,让学生能体会到来自于他人和集体的接纳、认可和关怀,以维持个体的身心健康。同时,多鼓励学生在学习文化知识之外,扩大人际交往范围。此外,还可以利用学校心理咨询中心和心理健康教育讲座以帮助学生形成正确的认知,增强个体积极的情感体验和满意度,促进个体形成良好的心理素质。

### (二)培养学生的兴趣,加强学习动机的培养

教师应积极引导树立明确切实的学习目标,培养发展学生的自主性和责任心。在教学过程中,注重教学内容的选择和教学方法的趣味性,通过设置相应的问题情境来激发学生的求知欲和好奇心。课后及时给予学生反馈让其了解自己学业的进展情况,激发学生的学习动机水平。

### (三)加强学生心理弹性水平的建设

一方面,学校应该积极为学生创设各种条件让其参与到困难挫折情境的活动中,发挥自身优势,磨炼自己的意志,有效地提高心理弹性;另一方面,学校和家庭应努力构建良好的社会支持系统,为学生提供解决问题的勇气和方法,进而提升学生的心理承受力和适应能力。

## 【参考文献】

- [1] 胡箭. 组织公平、人际冲突与反生产行为的关系:心理韧性的调节作用[D]. 杭州:浙江大学,2013.
- [2] 席居哲,左志宏. 心理韧性者甄别诸法[J]. 心理科学进展,2009,17(6):1295—1301.
- [3] 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.
- [4] 张林,车文博,黎兵. 大学生心理压力应对方式特点的研究[J]. 心理科学,2005,28(1):36—41.
- [5] 赵淑芳,梁翠萍,张新平,孙素娟,赵海静. 临床医学研究生生活事件、应对方式与心理健康关系的研究[J]. 中国全科医学,2011,14(13):1489—1490.
- [6] 张智华,朱金卫. 中职学生心理健康状况及心理健康教育现状调查分析[J]. 陕西学前师范学院学报,2016,32(2):95—98+102.
- [7] 徐琴方. 优势视角下中职女生心理问题及社会工作介入[D]. 武汉:华中农业大学,2013.
- [8] 黄锟,陶芳标,高茗,李光友. 中专女生生活事件、应对方式与抑郁、焦虑情绪的关系[J]. 中国学校卫生,2005,26(11):895—896,898.
- [9] 解亚宁. 简易应对方式量表信度和效度的初步研究[J]. 中国临床心理学杂志,1998,(2):53—54
- [10] 胡月琴,甘怡群. 青少年心理韧性量表的编制和效度验证[J]. 心理学报,2008,40(8):902—912.
- [11] 龚栩,陶熹瑶,徐蕊,罗跃嘉. 抑郁—焦虑—压力量表筒体中文版(DASS-21)在中国大学生中的测试报告[J]. 中国临床心理学杂志,2010,18(4):443—446.
- [12] Preacher Kristopher J, Hayes Andrew F. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models[J]. Behavior research methods,2008,40(3):879—891.
- [13] 杨杏园. 中职学生心理韧性、社会支持与应对方式的关系研究[D]. 贵阳:贵州师范大学,2015.
- [14] 吴清兰,梁莎莎. 大专生社会支持、人际信任与应对方式的相关研究[J]. 中国健康心理学杂志,2010,18(1):78—82.
- [15] 罗军,禹玉兰. 大学生主观幸福感和心理素质现状[J]. 医学研究与教育,2012,29(4):31—34.
- [16] 关蔚. 农村初中学生应对方式的调查及对策研究[J]. 现代中小学教育,2012,(1):72—74.
- [17] 邢超,屠春雨,谈荣梅,傅利军,方益荣,李明,周国俊. 青少年应对方式与抑郁焦虑情绪的关联[J]. 中国学校卫生,2011,32(12):1449—1451.
- [18] 程琨. 高中生应对方式、心理弹性与适应取向心理健康的关系[D]. 济南:山东师范大学,2014.
- [19] 张欢,龙霖,胡可芹,李培. 医学生心理弹性与应对方式的相关性及其影响因素[J]. 中国健康心理学杂志,2017,25(03):363—366.
- [20] 徐鑫,吴大兴,赵晓华,陈俊香,卢樟秀,陈优巧. 医学生正念与心理弹性的关系:抑郁、焦虑的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志,2016,24(11):1738—1742.