

■ 学前教师专业发展

幼儿园教师心理韧性对应对方式的影响机制研究 ——领悟社会支持的中介作用

张燕倪¹, 吴迪²

(1. 滁州城市职业学院教育系, 安徽滁州 239099; 2. 滁州学院教育科学学院, 安徽滁州 239000)

摘要:采用问卷调查的方式对滁州市276名幼儿园教师进行调查研究,探究心理韧性、领悟社会支持与应对方式之间的关系。结果显示:幼儿园教师心理韧性处于中等水平,且幼儿园教师心理韧性得分在园所性质、学历层次以及婚姻状况上存在显著差异;相关性分析中,幼儿园教师心理韧性与领悟社会支持、积极应对方式呈显著正相关,与消极应对方式呈显著负相关,且领悟社会支持在心理韧性与积极应对方式间存在部分中介作用。

关键词:幼儿园教师;心理韧性;领悟社会支持;应对方式

中图分类号: G615

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2021)11-0056-05

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

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2021.11.008

Research on the Influence Mechanism of Preschool Teachers' Psychological Resilience on Coping Styles —The Mediating Role of Perceived Social Support ZHANG Yan-ni¹, WU Di²

(1. Department of Education, Chuzhou City Vocation College, Chuzhou 239099, China;

2. College of Educational Science, Chuzhou University, Chuzhou 239000, China)

Abstract: the author used a questionnaire survey to survey 276 kindergarten teachers in Chuzhou city to explore the relationship between psychological resilience and perceived social support and coping styles. The results showed that the scores of preschool teachers' psychological resilience were at the middle level and there were significant differences in the nature of the kindergarten, educational background, and marital status; and correlation analysis showed that the psychological resilience was positively correlated with the perceived social support as well as positive coping style, while negatively correlated with the negative coping style and the perceived social support had a partial mediating effect between psychological resilience and positive coping styles.

Key words: preschool teacher; psychological resilience; perceived social support; coping styles

一、问题提出

党的十九大明确指出:“办好学前教育、实现幼有所教”。这不仅关系到国民教育体系的完整

性,更是对国民素养的提升具有积极的意义。随着国家生育政策的实施,幼儿教育成为社会关注的焦点。中国教育现代化2035中提出,要健全学前教育发展机制,提高学前教育质量。相较于政

收稿日期:2021-08-16;修回日期:2021-09-15

基金项目:安徽省高校人文社会科学研究一般项目(SK2017B01);滁州城市职业学院校级项目(2020jyxm03);安徽省高校优秀人才支持计划重点项目(gxygZD2020140)

作者简介:张燕倪,女,安徽淮南人,滁州城市职业学院教育系助教,主要研究方向:学前教育心理学;吴迪,男,安徽淮南人,滁州学院教育科学学院讲师,主要研究方向:发展与教育心理学。

策制定、体系构建,幼儿园教师队伍的建设更加重要。在实施学前教育活动中,幼儿园教师扮演着极其重要的角色,她们的专业素养和保教能力将直接影响幼儿今后的发展。提升学前教师的综合素质,建设一支高素质、善保教的教师队伍,是实现新时代学前教师队伍建设改革的主要体现。新时期的幼儿教育工作不仅考验教师的身体素质,还对幼儿园教师的心理素质提出了高要求。日常工作中,繁重的工作任务、高强度的工作压力以及漫长的工作时间,这些因素极易导致幼儿园教师心理和情绪上的过度透支,乃至引发极端、负性事件。如何缓解工作中因消极事件导致的心理问题,保障幼儿园教师队伍的身心健康发展成为教育工作者关注的焦点。

心理韧性是指个体在面对发展过程中遇到的各种极端情境或生活中的重大压力时所表现出的良好适应和调节能力,即个体面对生活压力和挫折时的“忍耐性能力”^[1]。幼儿园教师心理韧性是指幼儿园教师面对工作或生活中出现的逆境与压力时,采取有效的措施进行自我心理调节的能力^[2]。心理韧性水平不仅可以反映出幼儿园教师的心理健康水平,同时也对幼儿的身心发展起到潜在的影响。以往的研究表明,心理韧性与应对方式间存在显著关联,心理韧性水平高的个体会表现出较高的坚韧、乐观等特质,同时个体在面对压力时能够积极主动地采取积极的应对方式^[3-4]。领悟社会支持作为个体对支持的主观感受及评价,一方面能够缓解压力事件对个体心理健康带来的消极作用;另一方面也可以调动个体积极的心理品质,产生良好的适应性结果^[5]。个体对于社会支持资源的认识以及采用程度会影响心理健康状况。有研究表明,心理韧性可以通过诱发个体的情绪状态从而影响个体的压力适应水平^[6-7]。这表明,领悟社会支持可以在一定程度上预测心理韧性的发展水平。应对方式是幼儿园教师在面对问题情境下所采取的解决方式。大量的研究表明,幼儿园教师在感受到工作压力时往往会采取情绪调节、理性面对或是情感性社会支持来摆脱遇到的困境^[8-9]。这表明,个体在应对方式的选择上会受到主观感受的影响。基于上述观点,笔者提出假设:幼儿园教师心理韧性与应对方式之间存在个体主观因素的影响,

即领悟社会支持在心理韧性与应对方式间起中介作用。

全面推动学前教育事业发展,核心在于提升学前教育质量,而提升质量的关键在于幼儿园教师队伍的建设。以往关于幼儿园教师心理韧性的相关研究多集中于职业倦怠、职业适应等可能影响职业生涯发展的问题领域^[10-11]。作为推动学前教育发展的主力军,幼儿园教师队伍综合素质水平的高低,身心健康与否决定了学前教育质量的优劣。笔者通过对幼儿园教师心理韧性、领悟社会支持以及应对方式间的关系进行调查分析,期望能揭示幼儿园教师队伍的心理素质水平,为提升幼儿园教师心理素质,缓解工作压力,提供一些措施和手段。

二、研究方法

(一)研究对象

笔者以滁州市区11所幼儿园的教师作为调查对象,随机发放问卷进行调查,回收有效问卷276份。其中公办园127人(46%),民办园149人(54%);学历方面,专科113人(40.9%),本科147人(53.3%),研究生16人(5.8%);婚姻状况方面,未婚109人(39.5%),已婚167人(60.5%)。

(二)研究工具

1. 心理韧性量表

采用于肖楠、张建新修订编制的中文版《心理韧性问卷》(CD-RISC)^[12],该问卷共25题,分为坚韧、力量和乐观3个维度。问卷采用5级评分,得分越高,则心理韧性的水平越高。本研究中,该问卷的内部一致性系数为0.89。

2. 领悟社会支持量表

采用郑雪等人修订编制的《领悟社会支持量表》^[13]¹³¹⁻¹³³,该量表共12题,分为家庭支持、朋友支持和其他支持3个维度。量表采用5级评分,用于测量个体对获得社会支持的评价。本研究中,该量表在测试中的内部一致性系数为0.90。

3. 应对方式量表

采用解亚宁修订编制的《简易应对方式问卷》(SCSQ)^[14],该问卷共20题,分为积极应对和消极应对2个维度。问卷采用4级评分,用于了解个体在面对不同生活事件时所表现出的应对方式的习惯。本研究中,该问卷的内部一致性系

数为0.87。

(三)数据处理

笔者在问卷数据的基础上,采用统计分析的方式对实验数据进行t检验、Pearson相关系数检验、中介模型检验。各统计数据中的 $p < 0.05$ 为存在差异,具有统计学意义。

三、研究结果

(一)幼儿园教师心理韧性的整体情况

统计结果显示,被调查幼儿园教师的心理韧性得分为 3.13 ± 0.39 。以园所性质、学历层次、婚

姻状况作为自变量,对幼儿园教师的心理韧性及各维度进行差异分析,结果如表1所示。由结果可知,不同园所性质的幼儿园教师在心理韧性和坚毅维度上存在显著差异,公办园教师的得分显著高于民办园教师($p < 0.05$);不同学历层次幼儿园教师在乐观维度上存在显著差异,本科学历幼儿园教师的得分显著高于专科和研究生学历幼儿园教师($p < 0.01$);已婚幼儿园教师在心理韧性的得分显著高于未婚幼儿园教师($p < 0.01$),在坚毅和乐观维度上,已婚幼儿园教师也显著高于未婚幼儿园教师($p < 0.01, p < 0.05$)。

表1 幼儿园教师心理韧性在人口学变量上的差异

		心理韧性总分	坚毅	力量	乐观
园所性质	公办园	3.18 ± 0.43	3.17 ± 0.48	3.14 ± 0.44	3.15 ± 0.41
	民办园	3.06 ± 0.48	3.07 ± 0.45	3.11 ± 0.45	3.12 ± 0.42
	t	4.25*	3.07*	3.39	4.52
学历层次	专科	3.12 ± 0.43	3.09 ± 0.47	3.11 ± 0.40	3.04 ± 0.45
	本科	3.16 ± 0.51	3.08 ± 0.40	3.14 ± 0.47	3.23 ± 0.49
	研究生	3.11 ± 0.55	3.05 ± 0.51	3.12 ± 0.43	3.06 ± 0.46
	F	2.53	1.87	2.73	3.63**
婚姻状况	未婚	3.04 ± 0.40	3.03 ± 0.49	3.07 ± 0.49	3.07 ± 0.45
	已婚	3.18 ± 0.51	3.15 ± 0.52	3.10 ± 0.50	3.16 ± 0.47
	t	4.86**	3.78**	1.47	0.54*

注:*在0.05水平(双侧)上显著相关,**在0.01水平(双侧)上显著相关。

(二)变量间的相关性分析

统计结果显示,幼儿园教师心理韧性、领悟社会支持与应对方式的相关性如表2所示。结果显示,被调查幼儿园教师心理韧性与领悟社会支持呈显著正相关($r=0.69, p < 0.01$),且坚毅、力量以及乐观维度均与领悟社会支持呈显著正相关;心理韧性

与积极应对方式呈显著正相关($r=0.59, p < 0.01$),与消极应对方式呈显著负相关($r=-0.19, p < 0.01$),坚毅、力量以及乐观与积极应对方式呈显著正相关,与消极应对方式不存在显著相关;领悟社会支持与积极应对方式呈显著正相关($r=0.31, p < 0.01$),与消极应对方式不存在显著相关。

表2 幼儿园教师心理韧性、领悟社会支持与应对方式的相关矩阵

	1	2	3	4	5	6	7
1 心理韧性	1						
2 坚毅	0.89**	1					
3 力量	0.84**	0.63**	1				
4 乐观	0.86**	0.78**	0.81**	1			
5 领悟社会支持	0.69**	0.49*	0.52*	0.57*	1		
6 积极应对	0.59**	0.51**	0.48**	0.59**	0.31**	1	
7 消极应对	-0.19**	-0.17*	-0.19*	-0.16*	-0.31	0.75**	1

注:*在0.05水平(双侧)上显著相关,**在0.01水平(双侧)上显著相关。

(三)领悟社会支持在心理韧性与应对方式关系中的中介效应检验

进行相关分析可知,幼儿园教师的心理韧性、领悟社会支持和积极应对方式三者之间的相

关关系均达到0.01水平上的显著性,满足了进行中介效应检验的前提条件。进一步将心理韧性、领悟社会支持与积极应对方式进行逐步回归分析,结果如表3所示。回归结果显示,心理韧性与

领悟社会支持对积极应对方式均具有正向预测作用,且两个变量对于积极应对方式的解释量为18.8%和26.7%。再将领悟社会支持作为协变量引入到心理韧性与积极应对方式的回归方程中,心理韧性对于积极应对方式的解释量为39.1%。根据温忠麟^[15]提出的复回归检验中介变量的理

论,在心理韧性、应对方式以及领悟社会支持三者间均达到显著水平基础上,将领悟社会支持加入多元回归方程中,心理韧性对应对方式依然具有显著影响。由此可以得到,领悟社会支持在心理韧性与积极应对方式间存在部分中介效应。

表3 领悟社会支持在心理韧性与应对方式的中介效应检验

因变量	预测变量	R	R ²	△R ²	Beta	t	Sig.
积极应对	心理韧性	0.643	0.187	0.188	0.486	7.872	.000
积极应对	领悟社会支持	0.547	0.214	0.267	0.343	5.240	.000
积极应对	心理韧性 领悟社会支持	0.689	0.467	0.391	0.384	6.174	.000

四、讨论

(一) 幼儿园教师心理韧性的整体状况与差异分析

调查结果显示,被调查的幼儿园教师心理韧性水平处于中等水平(M=3.13),表明幼儿园教师的心理耐受性能力有待进一步提升,这一结果与王路曦^[16]、何灿^[17]等人的研究结果存在一定差异。在人口学变量的差异分析中,不同园所类型的幼儿园教师在心理韧性总分以及坚毅维度上均存在显著差异。对于幼儿园教师来说,幼儿园办学性质的差异会造成工作稳定性、社会地位、薪资待遇以及职业生涯发展等诸多问题,相较之下公办园教师比民办园教师具有心理上的优势,而这种优势也会转化成为心理素质发展水平上的差异。在学历层次上,本科生在乐观维度上的得分显著高于专科以及研究生学历的幼儿园教师。产生这一结果与幼儿园教师的工作性质和职业要求有着密切的关系。新时代的学前教育对幼儿园教师专业素质的需求提出了更高的要求,不仅要有良好的理论与实践的结合能力,同时还需要有良好的职业操守。相较于专科阶段注重技能培养和研究生阶段注重理论体系培养,本科教育介于两者之间,这也使得本科阶段的教育更可能对应这种综合能力培养的要求。在婚姻状况上,已婚幼儿园教师在心理韧性以及坚毅、乐观维度上的得分均显著高于未婚教师。良好的婚姻能够给予对方更多的人文关怀,同时配偶可以给予幼儿园教师更多的支持、关心和鼓励,并且有效地分担工作与家庭中出现的各种矛

盾,做到排忧解难。这种来自主观情绪体验在一定程度上增强了幼儿园教师心理韧性的水平。

(二) 幼儿园教师心理韧性与领悟社会支持、应对方式相关分析

调查结果显示,幼儿园教师的心理韧性与其领悟社会支持和应对方式呈显著相关。其中,心理韧性与领悟社会支持呈显著正相关,这与聂衍刚^[18]、姚海娟^[19]等人的研究结果保持一致。领悟社会支持是影响幼儿园教师心理韧性发展的重要因素,当个体在工作中或生活中遭遇压力、困境时,来自于外部的有效支持成为摆脱困境,维持身心健康的重要方式。来自配偶、亲人、朋友以及同事的关心与鼓励,可以有效提升幼儿园教师的心理韧性水平,为其职业生涯发展保驾护航。其次,心理韧性和领悟社会支持与积极应对方式之间存在显著正相关,这与曲鑫^[20]的研究结果相一致。个体的心理特质以及外部支持都会在一定程度上影响解决问题的措施与方式,同时解决问题的方式如何也在另一个侧面反映出个体的心理素质。心理韧性水平高的幼儿园教师在困境中具有较好的抗压能力,能够积极利用合理方式来缓解各种不良因素给身心健康带来的冲击和影响。而积极的外部支持可以帮助幼儿园教师冷静地思考、合理地分析问题,有效地降低个体因主观局限所产生的认知偏差,从而能够采取最有效的解决方式。同时,高水平的心理韧性能够强化坚毅、乐观等积极的人格特质,这些优秀的特质又会提升个体的感知外部支持的能力,极大地增加了幼儿园教师在遇到问题情境时采取积极应对方式的概率。

(三)领悟社会支持在心理韧性与积极应对方式的中介效应分析

调查结果显示,幼儿园教师的领悟社会支持在心理韧性与积极应对方式间存在部分中介效应,且预测量为39.1%。这表明,幼儿园教师的心理韧性对积极应对方式的预测中有39.1%是通过领悟社会支持实现的。幼儿园教师在日常工作中会面临诸多压力及困扰,这些问题如不能得到合理有效的解决或疏导将会对幼儿园教师的身心健康产生消极影响。幼儿园教师的心理韧性水平越高,越能够有效提升个体抗压能力,缓冲不良因素带来的冲击。同时,幼儿园教师对于外部支持良好的认知体验,也会进一步提升应对方式的选择。对于幼儿园教师来说,当遇到各种心理困境时,不仅需要依靠自身的能力去解决问题,同时也需要积极合理地利用身边资源来帮助自身摆脱问题的困扰。

五、结论与建议

笔者在本研究中得出以下结论:1)幼儿园教师心理韧性处于中等水平,且心理韧性在人口学变量上存在显著差异;2)心理韧性与领悟社会支持对积极应对方式有正向预测作用,且领悟社会支持在心理韧性与积极应对方式间起部分中介效应。

新时代的学前教育不仅是教育阶段的开端,更是承担着教育和保育的双重职能。加强幼儿园教师队伍的建设,首先,要引导幼儿园教师树立正确的职业观,帮助其形成积极的人格特质。幼儿园教师在面对工作或生活中的突发事件时,尝试进行积极的自我暗示,以良好的情绪分析和处理问题。其次,要提升幼儿园教师的社会地位,使得幼儿园教师能够获得更加广泛的社会支持,通过有效的宣传手段帮助幼儿园教师营造良好的环境与形象,切实保障社会群众对幼儿园教师的认可度和美誉度。最后,幼儿园及相关教育部门可以采取相应的手段帮助幼儿园教师解决职业发展中遇到的各种瓶颈问题,有效提高幼儿园教师的综合实践能力。

[参考文献]

[1] 席居哲,左志宏,WU Wei.心理韧性研究诸进路[J].心理科学进展,2012,20(9):1426-1447.

- [2] 张燕倪,吴迪.幼儿教师职业倦怠与心理弹性的相关性研究[J].宁夏师范学院学报,2020,41(11):106-108,112.
- [3] 张文江,金媛,王翠艳.大学生情绪调节自我效能感、心理韧性与应对方式的关系[J].淮北师范大学学报(哲学社会科学版),2020,41(5):102-107.
- [4] 刘晓东,梁瑞琼.大学生心理韧性、自尊与应对方式的关系研究[J].教育理论与实践,2019,39(15):47-49.
- [5] 沈友田,胡笑羽,叶宝娟.压力对大学生抑郁的影响机制:领悟社会支持与应对方式的中介作用[J].心理学探新,2018,38(3):267-272.
- [6] 臧宏运,郑德伟,郎芳,等.有留守经历大学生自我效能感自尊在领悟社会支持和心理健康间的中介作用[J].中国学校卫生,2018,39(9):1332-1335.
- [7] 金童林,乌云特娜,张璐,等.社会逆境感知对大学生攻击行为的影响:反刍思维与领悟社会支持的作用[J].心理发展与教育,2020,36(4):414-421.
- [8] 赵红利.农村幼儿教师压力应对方式与心理健康的关系[J].平顶山学院学报,2019,34(4):115-120.
- [9] 梁进龙,崔新玲,孙钰华.国内幼儿教师职业认同研究述评[J].陕西学前师范学院学报,2017,33(5):76-83.
- [10] 缪佩君,谢姗姗,陈则飞,等.幼儿教师心理弹性与职业倦怠的关系大五人格的中介效应[J].心理与行为研究,2018,16(4):512-517.
- [11] 潘文浩,赵守盈,黄明明,等.新入职幼儿教师心理弹性潜类别及其与职业适应的关系[J].中国心理卫生杂志,2021,35(3):213-219.
- [12] Yu X, Zhang J. Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC) with Chinese people[J]. Social Behavior and Personality, 2007,35:19-30.
- [13] 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.
- [14] 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,1998,6(2):114-115.
- [15] 温忠麟,叶宝娟.中介效应分析:方法和模型发展[J].心理科学进展,2014,22(5):731-745.
- [16] 王路曦.中日幼儿教师心理弹性的比较研究[J].教育研究与实验,2019(4):81-87.
- [17] 何灿,李璐,邓李梅.幼儿教师职业倦怠及其与心理弹性和应对方式的关系研究[J].湖北师范大学学报(哲学社会科学版),2018,38(3):109-113.
- [18] 聂衍刚,刘伯兴,梁君倩.青少年大五人格、应对方式与心理危机特质的关系[J].心理科学,2010,33(3):712-714.
- [19] 姚海娟,张忠堂.人格特征在中学生社会支持与心理韧性中的中介作用[J].中国健康心理学杂志,2014,22(1):93-96.
- [20] 曲鑫.幼儿教师社会支持、心理弹性、应对方式的关系研究[D].沈阳:沈阳师范大学,2019.