

DOI: 10.12361/2705-0866-05-05-126881

大学生自卑感的现状调查研究

余曦瑞 王怡静 韩晓丽

吉利学院 教育学院, 中国·四川 成都 641400

【摘要】以557名来自不同省市的普本大学生为研究对象,采用问卷调查法分析了大学生的自卑感现状。结果表明:当代高等院校大学生自卑感较强;不同年级的大学生在自卑感总分、自尊、社交自信、学习能力、外貌和体能均存在显著差异,大一和四大的学生各方面的指数略高于大二大三的学生;独生子女的自卑感高于非独生子女,具体表现在自卑感学习能力和体能方面。

【关键词】大学生;自卑感

Research on the Current Situation of Inferiority Complex Among College Students

Xirui Yu, Yijing Wang, Xiaoli Han

School of Education, Geely University, Chengdu, Sichuan 641400, China

[Abstract] Taking 557 college students from different provinces and cities as the research object, the current situation of inferiority complex was analyzed by questionnaire survey. The results show that the college students of different grades in inferiority scores, self-esteem, social confidence, learning ability, appearance and physical differences, the index of the freshman and senior students; the only child is higher than the only children, specifically in the inferiority of learning ability and physical ability.

[Keywords] College Students; Inferiority Sense

引言

随着时代进步以及社会的迅速发展,成人教育也成了社会各界关注的重点问题。然而研究发现,相较于普高生而言,成人高校大学生存在心理资本偏低的现状(王威,2018),更容易产生自卑心理。国外的研究者AlfredAdler认为自卑感是人类中普遍存在的心理现象,是一种感觉自己比别人差的消极情绪,并将其定义为自卑情结。对于自卑感的概念界定,国内的研究学者目前还没有形成统一的说法。刘妍提出自卑往往是由于个体在对比他人后的自我否定,自我认为因不如别人而表现出怯懦、软弱、无能等忧郁失望的消极情绪(刘妍,2015)。宋书文、袁之琦等则将自卑感定义为个人由于某些生理缺陷或心理缺陷和其他原因而产生的轻视自己,认为自己在某个方面或几个方面不如他人的心理(宋书文等,1984;袁之琦,1986)。

为此,本研究采用的Fleing1984年修订的,由外国学者贾尼斯与菲尔德共同编制完成的FIS(TheFeelingsofInadequacyScale)量表对大学生自卑感现状及其影响因素进行调查,以期为高等院校学生管理部门开展大学生心理健康教育提供一定依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象

本研究选取不同省市的普本学生为被试,采用滚雪球抽样法,收集问卷557份,其中有效问卷557份。其中,男生339人(60.9%),女生218人(39.1%);独生子女190人(34.1%),非独生子女367人(65.9%);大一131人(23.5%),大二298(53.5%)大三83人(14.9%),大四45人(8.1%)。

1.2 研究工具

FIS(TheFeelingsofInadequacyScale)量表,由外国

学者贾尼斯与菲尔德共同编制完成, 但是目前国内采用的是1984年的修订版本 (Fleing, 1984)。

该量表共有36道题目, 采取7级评分方法, 分为正向题目和反向记分题目, 反向记分题目为3、6、25和31题, 其他皆为正向记分题目, 共划分为5个维度, 其中自尊为1到7题; 社交自信为8到19题, 学习能力为20到26题, 外貌为27到31题, 体能方面为32到36题, 得分越高, 代表被个体的自卑感水平越高, 反之越差。

2 研究结果

2.1 高校大学生自卑感现状

描述性统计结果表明, 自卑感量表 (M=3.70, SD=0.91) 总体位于中等偏上水平 (1-5计分), 表明当代高等院校大学生有较强的自卑情结。从各维度来看, 学习能力和外貌的指数最高, 而体能的指数最低。具体数据如表1所示。

表1 自卑感各维度的描述性统计分析

	N	平均值	标准差
自尊	557	3.70	0.86
社交自信	557	3.60	1.04
学习能力	557	3.71	1.04
外貌	557	3.85	1.01
体能	557	3.66	1.26
自卑	557	3.70	0.91

2.2 高校大学生自卑感在是否独生子女上的差异检验

独立样本t检验结果显示, 是否为独生子女在高校大学生自卑感上差异显著 ($p=0.04 < 0.05$); 在学习能力方

表3 不同年级学生的自卑感情况

	大一		大二		大三		大四		F
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
自尊	3.98	0.93	3.53	0.76	3.59	0.83	4.17	0.96	14.16***
社交自信	3.97	1.04	3.39	0.98	3.60	0.94	3.96	1.23	12.08***
学习能力	4.09	1.05	3.50	0.94	3.71	0.98	3.91	1.34	10.84***
外貌	4.15	1.05	3.66	0.93	3.88	0.92	4.15	1.28	9.08***
体能	4.10	1.29	3.38	1.12	3.84	1.26	3.98	1.59	12.40***
自卑	4.06	0.92	3.49	0.82	3.73	0.83	4.04	1.14	15.05***

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

表2 是否为独生子女学生的自卑感情况

	是		否		t
	M	SD	M	SD	
自尊	3.78	0.89	3.66	0.84	1.64
社交自信	3.63	1.09	3.59	1.02	0.41
学习能力	3.75	1.16	3.68	0.96	0.77*
外貌	3.96	1.10	3.79	0.96	1.85
体能	3.78	1.43	3.60	1.16	1.81*
自卑	3.78	1.01	3.66	0.84	1.50*

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

面, 独生子女 (M=3.75, SD=1.16) 显著高于非独生子女 (M=3.68, SD=0.96), $t(557)=0.77, p < 0.05$; 在体能方面 ($t=1.81, p < 0.05$) 也呈显著差异 ($t=6.84, p < 0.05$), 并且独生子女高于非独生子女。自尊、社交自信、外貌与是否为独生子女的差异不显著, 具体数据如表2所示。(见表2)

2.3 高校大学生自卑感在年级上的差异检验

单因素方差分析结果显示, 大一学生 (M=4.06, SD=0.92) 的自卑感高于大二学生 (M=3.49, SD=0.82) 大三学生 (M=3.73, SD=0.83) 和 大四学生 (M=3.73, SD=0.83), $F(2, 556)=15.05, p < 0.01$ 。此外, 不同年级在自尊 ($p < 0.01$) 社交自信 ($p < 0.01$) 学习能力 ($p < 0.01$) 外貌 ($p < 0.01$) 以及体能 ($p < 0.01$), 在得分上均有显著差异。表现为大一学生的得分高于大二学生, 高于大三学生, 高于或等于大四的学生。具体数据如表3所示。

(见表3)

3 讨论和启示

3.1 讨论

对于离开父母独自求学的大一新生, 来到新的环境对独立的大学生活有期许但也产生了迷茫和担忧, 怎么独自开展大学的学习和生活是他们将要面对的问题, 与之前集中和高强度的教学、学习方式完全不同的教学模式极易让已经习惯被动填鸭式教学的他们产生极强的不适, 在期待大学生活时又出现畏惧的消极情绪, 害怕遇到问题时和解决问题(黄鸿, 2015)。各方面的才能也没能很好地施展, 加之大学校园里人才济济各有所长, 很容易引起大一新生与周围同学进行比较, 这时很容易产生己不如人的自卑心理(贾远娥, 2008)。大二和大三的学生心理压力相对较小, 已经习惯大学生活这种独立支配、自主协作的学习方式, 能够找到自己最舒适的学习方式完成自己的学习, 有了一定的校园归属感。因此, 自卑感指数相对较低。而大四的学生虽然在适应大学生活方面没有太大问题, 但是即将面临选择, 考研、考公、寻找工作都是他们要面对的现实问题, 而且近几年国家考研、考公以及就业的趋势不算理想, 这些现实的社会问题都会增加大四学生的心理压力, 他们会焦虑、烦躁甚至自我怀疑, 因此自卑感较强。

3.2 启示

本研究结果对教育实践具有一定的启示意义。首先, 学校要尊重并保护学生, 对于有过病史、接受过特殊教育的学生同普通学生一样对待。学校在为学生服务的同时, 要保障学生的合法权益, 增强学生在学校的体验感幸福感, 缓解自卑情绪的滋生。

其次, 学校应将重视大学生的心理健康教育, 开展大学生心理健康教育的相关课程、相关讲座, 开设大学生心理咨询室, 帮助学生解决心理问题, 及时疏导学生的负面情绪。

再次, 学校也要提供丰富的课程选择和校园活动, 让学生根据自己的兴趣选择课外选修课程, 培养学生的兴趣爱好,

增强他们的校园归属感、幸福感。这些积极的情感体验, 能够减少学生的自卑、抑郁等消极情绪, 从而能够使大学生正确认识自己, 接受自己, 有助于他们的社交。

最后, 作为教育工作者, 应该以学生为中心, 尽可能地关注到每一位学生的情绪变化, 并对有自卑情绪的学生给予及时疏导, 帮助他们重新审视自己, 培养积极的情感, 增强对校园生活的信心。鼓励学生广交友, 利用同伴辅导在与他人的友好关系中感觉到自己被需要, 从而减少自卑情结, 以帮助他们更好的适应大学生活。

参考文献:

- [1] 王威. 成人高校大学生心理资本的状况与提升建议[J]. 中国成人教育, 2018, 27(3): 56-59.
- [2] 刘妍. 中职生父母教养方式、自卑感和成就动机之间的关系研究[D]. 天津师范大学, 2015.
- [3] 宋书文, 孙汝亭, 任平安主编心理学词典南宁: 广西人民出版社, 宋书文主编心理学名词解释兰州: 甘肃人民出版社, 1984: 115.
- [4] 袁之琦. 游恒山编译心理学名词辞典台北: 五南图书出版公司, 1986: 71.
- [5] 冯克曼, 王佳宁, 于静. 认知情绪调节和领悟社会支持在大学生情绪表达冲突与抑郁间的作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(2): 391-395.
- [6] 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, 2003.
- [7] 黄鸿. 大学生心理弹性与自卑心理关系研究[D]. 西华师范大学, 2015.
- [8] 贾远娥. 大学生的自卑心理[D]. 广西师范大学, 2008.
- [9] 王宝勇. 初中生人格特质、归因方式、家庭教养方式与自卑的关系研究[D]. 延吉: 延边大学, 2012.
- [10] 张现利. 大学新生自我同一性与亲密恐惧的关系研究[D]. 中南大学, 2013.