

# 地方师范院校学生的学业幸福感调查研究

张靖<sup>1</sup> 田志鹏<sup>2</sup> 李勇男<sup>2</sup> 朱佳隽<sup>2</sup> 马林<sup>2</sup>

1. 哈尔滨师范大学教育科学学院, 中国·黑龙江 哈尔滨 150000;

2. 哈尔滨师范大学学生工作部, 中国·黑龙江 哈尔滨 150000

**【摘要】**本研究选择山西省某高校师范生为样本, 对于影响师范生学业幸福感的因素进行研究, 分析学业幸福感的现状, 为提高地方师范院校学生的学业幸福感水平提出有效的建议。采用分层抽样法抽取486人作为施测对象, 施测工具选用学业幸福感量表。

**【关键词】**学业幸福感; 地方师范院校

**【基金项目】**2020年黑龙江省哲学社会科学规划项目, “高自杀风险”大学生的生命责任感问题及生命教育研究(20KSE350)。

## 引言

一、近年来, 对学业幸福感的研究仍处于起步阶段且多集中于中学生(马颖, 2005)或更高层次的研究生(徐娜, 2020), 对于地方师范生的学业幸福感研究缺少。学者指出学业幸福感与个体的效能感息息相关, 值得关注(宋灵清, 2010)。学业幸福感地方师范生作为未来教育的领航者, 是社会关注的特殊群体, 其学业幸福感水平的高低很大程度上影响教育事业的发展水平。因此, 研究旨在通过问卷调查, 对地方师范生的学业幸福感进行分析, 为师范生学业幸福感的合理调节, 良好学业幸福感的获得提供有效建议。

学业幸福感是指相对主观的个体心理感受, 是学生依据自己的主观标准, 对学习的具体情况作出具体评价, 在此评价下, 个体能够获得自信、积极应对学习压力。

## 1 研究方法

### 1.1 研究对象

本次研究抽取山西省某高校师范生进行问卷调查, 共发放问卷600份, 收回522份, 其中有效问卷486份, 无效问卷36份, 有效问卷占81%。

### 1.2 研究工具

采用高俊杰的《学业幸福感问卷》。问卷的分半信度为0.891, 克隆巴赫 $\alpha$ 系数为0.880, 说明该问卷具有良好的一致性信度, 同时问卷具有较好的内容效度和结构效度。

### 1.3 统计方法

用统计软件SPSS 17.0对数据进行统计分析。

## 2 研究结果

性别差异

	极小值	极大值	均值	标准差
认知幸福	1	5	2.77	0.86
情感幸福	1	6	3.39	0.9
成长幸福	1	5.17	2.61	0.82
品质幸福	1	5.67	2.83	0.92
学业幸福感	1.18	4.88	2.83	0.7

家庭氛围是否和谐的差异

	是(M±SD)	否(M±SD)	t	p
认知幸福	3.29±0.94	2.74±0.85	-3.11	0.002
情感幸福	3.68±0.59	3.38±0.92	-2.415	0.022
成长幸福	2.85±0.76	2.60±0.82	-1.513	0.131
品质幸福	3.13±0.82	2.82±0.93	-1.676	0.094
学业幸福感	3.18±0.65	2.81±0.70	-2.519	0.012

## 3 分析与讨论

从总体特征分析得出, 地方师范院校大学生的学业幸福感均

值为2.83, 得分低于理论中值(3.5分)。从各个维度来看, 得分由高到低依次为: 情感幸福、品质幸福、认知幸福、成长幸福。表明地方师范院校大学生的学业幸福感低于一般水平。原因可能是一方面, 当下多数大学生学习不勤于进取, 以被动学习为主, 自主学习时间少, 学习自我效能感水平低下; 自我控制能力较差, 没有清晰明确的学习目标, 上课玩手机现象严重, 专业知识及课外知识面掌握欠缺, 无法从学习中发掘到自己的潜能, 从而提升自己各方面的能力, 体验到学业中的幸福感。另一方面, 随着就业竞争更加激烈, 社会压力加大及学习负担的加重, 激起大学生焦虑、紧张的负面情绪, 许多大学生厌倦逃避学习, 对学习渐失兴趣, 自信心不足, 体验不到成就感与满足感, 各方面需要得不到满足, 致使学业幸福感水平低下。

从家庭氛围是否和谐得出, 大学生的学业幸福感及认知幸福、情感幸福维度在家庭氛围是否和谐上的差异显著( $p < 0.05$ ), 家庭氛围和谐的大学生的得分显著高于家庭氛围不和谐的大学生得分。大学生的学业幸福感在成长幸福、品质幸福维度上的差异不显著( $p > 0.05$ )。健康和谐的家庭氛围下, 父母对孩子的教育以及学业关注程度较高, 当孩子在学业上取得进步时, 能够及时给予鼓励、进行适度的物质奖励, 孩子容易形成对自身能力的认同肯定、从学习中取得满足感与幸福感, 同时体验到父母的情感与物质支持, 形成较强的应对困难的信心, 心理健康水平逐步提高。

## 4 教育建议与对策

根据研究所示地方师范院校大学生学业幸福感的特点及其现状水平, 特从以下几个方面对其学业幸福感进行干预, 希望能够为提高大学生的学业幸福感提供一些帮助。

第一, 调整地方师范院校大学生的原有认知, 提高其学业幸福感。

学业幸福感的组成成分之一是认知幸福, 指个体对自己有关学习方面的偏主观性的评价, 评价水平的高低决定个体对自己学业的满意程度, 受家庭、学校、社会影响很大。学校应该在发展本校特色、重点专业的同时, 兼顾弱势专业的发展, 改变其“专业无用论”的认知, 引进更多优秀的师资力量, 要重点关注专业被调剂大学生的学业幸福感水平, 帮助他们分析现有专业的就业前景与存在价值, 多为他们举办一些与本专业密切联系的发明制作、创新设计等比赛活动, 满足他们自我实现的需求, 提高他们的自信水平, 让其从学习中体验到更多的幸福感与满足感。

就家庭而言, 研究表明和谐的家庭氛围有利于培养地方师范学院大学生的学业幸福感, 因而, 家长在家庭教育中应该努力为孩子在家里面创造良好、舒适的学习氛围, 并采取合适的教养方式, 关注孩子的内心成长世界, 当孩子考试失利时, 不能一味地谴责、打骂孩子, 为防止他们产生厌学、自卑、无助等负面学业情绪, 应该及时给予他们情感上的鼓励与支持, 引导孩子正确看待暂时的挫折, 帮助其改变以往对自己的不正确

认知,借此能够切实提高大学生的满意程度,增强其学业幸福感。

就学校而言,应该在发展本校特色、重点专业的同时,兼顾弱势专业的发展,改变其“专业无用论”的认知,引进更多优秀的教资力量,要重点关注专业被调剂大学生的学业幸福感水平,帮助他们分析现有专业的就业前景与存在价值,多为他们举办一些与本专业密切联系的发明制作、创新设计等比赛活动,满足他们自我实现的需求,提高他们的自信水平,让其从学习中体验到更多的幸福感与满足感。

就社会而言,为改变大学生认为参加社会实践只是一味地完成学校任务为目标的认知,从以下方面入手:首先,助力企业的社会责任,让企业为大学生多提供一些实践的机会,支持大学生能力的培养,努力去满足大学生自我实现的需求,使其体会到自己所学知识给自己带来的优势,帮助其健康成长,加快其社会化的进程,并对为大学生成长与发展做出贡献的企业,给予评选与表彰。其次,设立大学生实践奖项,以其社会实践成果为主,以大学生自评、团队互评、实践企业建议为辅,激发大学生参与社会实践的主动性,鼓励其在社会实践中敢于突破自我,勇于创新,为其步入社会打下坚实的基础。

第二,加强心理健康教育,培养积极情绪。

学业幸福感的提升,依赖于对地方师范院校大学生积极情绪的培养,积极的情绪有助于大学生正确应对学业上的挫折,进

而获得更多学业幸福感的体验,形成一种良性循环。学校针对不同年级大学生的心理发展特点与需求,组织各年级的交流讨论会、心理健康辅导活动等。

总之,学业幸福感是一个动态的、随时间不断变化的心理量,不是一蹴而就的,需要长期的培养,而大学阶段是其学业幸福感形成的特殊时期,因而应当重视地方师范院校大学生学业幸福感的培养,从认知与情感两大方面入手,促进地方师范院校大学生学业幸福感的形成与发展。

#### 参考文献:

[1]马颖,刘电芝.中学生学习主观幸福感及其影响因素的初步研究[J].心理发展与教育,2005,19(1):76-81.

[2]宋灵清,刘濡德,李玉环等.社会支持、学习观和自我效能感对学习主观幸福感的影响[J].心理发展与教育,2010(3):282-287.

[3]徐娜,崔文杰.医学专业硕士研究生心理契约对学业幸福感的影响专业适应性的中介效应[J].校园心理,2020,18(06):546-549.

#### 作者简介:

张靖(2000.8-),女,汉族,山西大同人,在读研究生,研究方向:心理健康教育。

通讯作者:田志鹏(1982-),男,汉族,黑龙江牡丹江人,副教授,博士,研究方向:心理健康教育。

(上接203页)

类型,如既有显性生涯教育活动课程,又有隐性的走向世界社会实践课程;既有让高中生必须努力学习的综合技术课程,也有一个适合个性化服务发展的选修单科性课程”。申仁洪在高中新课程的职业发展特点中指出,高中阶段的职业发展任务和重点可以通过两种模式来实现:第一,将其纳入学习领域、学科和课程模块,使之与学术课程相结合开:课程主要以班级或小组的形式教授和管理。

从以往研究中我们发现,西方发达国家大都有相对完善的生涯教育体系,会依据不同学段的学生,设定相匹配适合的发展目标。在发展目标的基础上会制定相应可实施的课程方案,并且已经大力投入到实践中。相较而言,我国的生涯规划教育起步较晚,重视程度参差不齐,课程实施受到很多外界因素干扰,并未形成一套科学有效的课程体系<sup>[9]</sup>。

### 3 研究展望

随着新高考改革方案的实施,职业生涯规划指导正成为学校教育教学的“刚需”。我国的职业生涯规划课程内容的设计要以学生长远发展为目标去切入,注重学生生涯规划能力上的培养,为学生的终身学习和发展打下重要基础。对于课程水平的建设,无论是从国家、学校还是家长、老师或学生等个人层面上,都需要重视这部分内容的培养,形成课程建设的合力。

#### 参考文献:

[1]蔡琪.高中生职业生涯规划教育的现状与对策研究——以广西为例[D].南宁:广西师范大学,2014.

[2]王黎明.美国中学的生涯规划[J].教育与管理,2004(2).

[3]蔡颖华,张常洁.国外青少年生涯教育经验及启示[J].

消费导刊·教育时空,2009(11).

[4]陈娜.英国中学生涯教育及其启示[J].教学研究,2007:456-457.

[5]谷峪.日本的职业生涯教育及其启示[J].职业技术教育(教科版),2006(10).

[6]韩晓玥.日本普通高中学生职业生涯规划教育研究[D].辽宁师范大学,2009.

[7]赵佳.我国普通高中职业生涯规划教育的问题研究[D].沈阳师范大学,2012.

[8]刘雯雯.普通高中学生职业生涯规划现状研究[D].云南师范大学,2016.

[9]申仁洪.高中新课程的生涯发展特性[J].课程.教材.教法,2007(06).

#### 作者简介:

谢婧(1994-),女,汉族,黑龙江省哈尔滨市人,硕士研究生在读,研究方向:心理健康教育。