

大学生基本心理需要满足与体育课学习投入的关系研究

于志华 何梅 李肖娟 焦海静 卢泽明

(中南民族大学 体育学院 湖北 武汉 430074)

摘要:采用文献资料法、问卷调查法和数理统计法,对某民族院校300名大学生的基本心理需要满足和体育课学习投入的现状及其关系进行调查。结果表明,大学生体育课基本心理需要满足感水平低,体育课学习投入程度整体水平低,大学生的基本心理需要满足感和体育课学习投入之间呈正相关。

关键词:大学生;基本心理需要满足;体育课;学习投入

Research on the relationship between the satisfaction of college students' basic psychological needs and their involvement in physical education

Yu Zhihua, Li Xiaojuan, Jiao Haijing, Lu Zeming, He Mei

(School of Physical Education, Central South University for Nationalities, Wuhan, Hubei 430074)

Abstract: Using the methods of literature, questionnaire and mathematical statistics, the basic psychological needs of 300 college students in a national college and the current situation and relationship between the basic psychological needs of physical education learning input were investigated. The results show that the basic psychological needs of college students in physical education are low, the overall level of physical education learning input is low, and there is a positive correlation between the basic psychological needs of college students and the learning input in physical education.

Key words: college students; Basic psychological needs are met; Physical education; Learning input

前言

习近平总书记多次强调:“青年兴则国家兴,青年强则国家强”。当前我国大学生的体质健康水平持续下滑,身心健康状况不容乐观。体育锻炼是促进大学生身心健康的最经济、最有效的重要手段之一,学校体育教育是提高大学生健康水平的主阵地。然而,大部分“学生普遍存在心不在焉、学习投入不足的现象。因材施教,满足大学生的基本心理需要可能促进学习投入,提高体育课学习效果。

1 基本心理需要满足的研究

基本心理需要理论(Basic Psychological Needs Theory, BPNT)是自我决定理论的分支理论之一,主要探究动机与基本心理需要的关系,认为增强内部动机和促进外部动机内化的社会环境因素应满足三种基本心理需要:自主需要(autonomy)、归属需要(relatedness)和胜任需要(competence)^[1]。自主需要指自己选择和自己做决定的需要;归属需要是指人们感觉自己安全的,并与重要他人保持密切关系的需要,比如,体育课中,学习者主动与小组成员交流动作的技术技巧等,这是一种关系需要;胜任需要指个体感觉自己有能力克服困难的需要,对大学生上体育课而言,即感觉自己能够应对其上课比赛中挑战的需要^[2]。

Rein both 等人研究结果显示,教练员行为以青少年运动员的心理需要满足感为中介,可以提高学生的身心健康水平^[3]。另有研究表明,能力需要和自主需要的满足程度与幸福感、主观活力、积极情感正相关,与焦虑负相关^[4];基本心理需要满足可以提高幸福感^[5]和学习投入。

2 学习投入的研究

国外学者 Maslach 和 Leiter 最早提出了学习投入概念,学习投入(Engagement in learning)是指个体在学习时具有充沛的精力和良好的心理韧性,学生自身能认识到学习的意义(认知投入),对学习充满热情(情感投入),主动沉浸于自己的学习之中(行为投入),在学习中表现出对学习的一种持续的、充满积极情感的状态^[6]。但是,Schaufeli 团队则将学习投入分为活力、奉献和专注三个维度。

王勇宏的研究发现,学习投入可以正向预测大学生的学业成绩。学生在学习过程中,教师-学生交互、学生-学生交互、学生与学习资源之间的交互等,可以提高大学生的积极参与度,激发学生的学习兴趣,对学习投入有积极作用,因此直接或间接地提高

他们的学业成绩^[7]。应斌等人研究发现,学生的学习投入可以降低焦虑。他们经过调查研究发现中学生对英语的学校投入时间和精力越长,学习自信心和效能感就会随之提升,产生焦虑情绪的可能性随之减少。反之,学习投入较少的中学生,其学习效果较差,学习成绩表现差,会产生较大的心理压力^[8]。班杜拉研究表明:大学生的学习投入与自我效能具有显著相关性。学习投入水平高的学生愿意投入更多时间和精力来解决富有挑战的问题,相信自己能够战胜困难,对他们的自我效能感有积极的影响^[9]。乔晓熔等的研究表明,大学生学习投入水平越高,既可能获得好的学业成就,还可获得更好的主观幸福感和心理健康^[10-11]。

学习投入的影响因素有内部因素和外部因素。首先,在内部因素中,有研究发现,积极情绪促进大学生体育课学习投入,已有研究表明,积极乐观的心理品质和坚韧的人格特质能正向预测学习投入水平,个体所拥有的自信等积极特质越多,坚韧性越强,学习投入水平就会越高^[12]。自我效能促进大学生体育课学习投入。高中生基本心理需要、心理资本与学习投入两两变量之间呈显著正相关,心理资本在基本心理需要与学习投入之间起部分中介作用^[13]。屈晓婷等认为,提高学习投入水平需要更多关注学生的主体地位,提高大学生的学习自主权和学习责任意识^[14]。其次,在外部因素中,学习投入受学习环境的影响,主要是师生关系、学生的学习方式和学生参与实践的过程^[15]。李永占研究发现,家庭教育正向预测学生的学习投入程度。父母对子女的教育表现出积极、良好的教养方式时,能够对高中生的学习投入起到促进作用;父母消极的教养方式则会高中生的学习投入产生负面影响^[16]。

已有研究缺少对大学生基本心理需要满足与体育课学习投入之间关系的研究,且学习投入量表有待达成共识。

3 研究对象与方法

3.1 研究对象

随机抽取某民族院校四个年级的300名大学生为调查对象(男生160名,女生140名),分析大学生体育课学习的基本心理需要满足与学习投入的现状,探讨两者之间的关系。

3.2 研究方法

采用文献资料法,对国内外相关文献进行梳理,分析基本心理需要满足与学习投入的研究现状。对任教10年以上的老师进行

开放式访谈。编制《大学生体育学习投入量表》(量表1), 包含认知投入、情感投入、行为投入三个维度, 每个题目采用 likert5 级评分, 从“1=完全不符合”到“5=完全符合”分别计 1-5 分, 总分越高, 学习投入程度越高。编制《大学生基本心理需要满足量表》(量表2), 包含自主感、胜任感和归属感三个维度, 每个题目采用 likert5 级评分, 从“1=完全不符合”到“5=完全符合”分别计 1-5 分, 总分越高, 表明基本心理需要满足越高。发放问卷 300 份, 回收 300 份,

回收率和有效率 100%, 采用 SPSS26.0 软件对数据进行分析。

4 研究结果

4.1 研究工具的信效度检验

(1) 量表的信度检验

采用克伦巴赫 α 系数对量表进行内部一致性检验, 由表 1 可知,《大学生体育学习投入量表》和《大学生基本心理需要满足量表》均具有良好的信度。

表 1 量表 1 和量表 2 的信度检验 (n=300)

项目	认知投入	情感投入	行为投入	量表 1 总量表	自主需要	归属需要	胜任需要	量表 2 总量表
克伦巴赫 α 系数	0.823	0.691	0.753	0.871	0.859	0.885	0.876	0.873

(2) 量表的效度检验

编制半开放式访谈大纲, 对某民族院校任教 10 年以上的体育教育训练学和心理学领域的专家进行访谈 (见表 2), 根据专家意见完善量表, 使其具有较好的效度。

表 2 专家情况 (n=15)

单位	专家数量	专家级别	研究专长
中南民族大学	15	副教授 10 名 教授 5 名	体育教育训练学 体育教育训练学 体育运动心理学

4.2 大学生基本心理需要满足和体育课学习投入的现状

由表 3 可知, 大学生体育课基本心理需要满足感水平低, 大学生基本心理需要满足感整体得分较低, 大学生在体育课上缺少自主选择的机会, 师生、生生之间交流少, 影响学习效果, 降低胜任感, 学生的基本心理需要得不到满足。

表 3 大学生体育课基本心理需要满足情况 (n=300)

	极小值	极大值	M \pm SD
自主需要	2	10	6.33 \pm 1.63
归属需要	3	15	8.60 \pm 2.28
胜任需要	2	10	6.89 \pm 1.44

表 4 显示, 大学生体育课学校投入处于中等偏下水平, 整体水平偏低。

表 4 大学生体育课学校投入的基本情况 (n=300)

	极小值	极大值	均值	标准差
认知投入	5	47	18.24	3.552
情感投入	3	15	9.71	2.136
行为投入	4	20	13.99	2.626
总分	12	82	41.94	8.314

独立样本 t 检验结果显示, 学习投入的认知投入维度存在显著的性别差异 ($p < 0.05$), 女生略高于男生, 而其他几个维度则不存在显著性差异 ($p > 0.05$)。

表 5 学习投入的性别差异

变量	性别	n	均值	标准差	t	Sig.(双侧)	
认知投入	男	160	12.44	1.999	-2.459	0.02*	
	女	140	13.93	1.141			
情感投入	男	160	13.06	1.526	-1.406	0.171	
	女	140	13.79	1.251			
行为投入	活力	男	160	11.75	1.915	-2.033	0.052
		女	140	13	1.359		
	奉献	男	160	6.13	1.31	-0.289	0.775
		女	140	6.29	1.729		
	专注	男	160	11.25	1.342	-0.45	0.656
		女	140	11.5	1.698		

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

4.3 大学生基本心理需要满足与体育课学习投入的关系

Pearson 相关系数结果显示 (见表 6), 学生基本心理需要满足与体育课学习投入之间存在正相关关系。

表 6 大学生基本心理需要满足与学习投入的相关分析

	认知投入	情感投入	行为投入	自主需要	归属需要	胜任需要
认知投入	1					
情感投入	.690**	1				
行为投入	.579**	.777**	1			
自主需要	.507**	.567**	.642**	1		
归属需要	.510**	.630**	.687**	.650**	1	
胜任需要	.545**	.698**	.718**	.582**	.765**	1

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

5 结语

大学生体育课基本心理需要满足感水平低, 体育学习投入整体水平不高; 大学生基本心理需要满足与体育课学校投入各维度之间呈正相关。今后的体育教学中, 教师应给学生提供自主支持; 因材施教, 提高学生的胜任感; 适当采用小组教学, 满足学生的归属需要。

参考文献

[1]DECI E L, RYAN R M. Intrinsic motivation and self-determination inhuman behavior[M]. New York : Plenum, 1985.

[2]LONSDALEC, HODGEK, ROSEE. Athlete burnout in elite sport : A self determination perspective[J].Journal of Sports Science, 2009, 27 (8) : 785-795.

[3]Michael Rein both and Joan L. Du.da and Nikos Ntoumanis. Dimensions of Coaching Behavior, Need Satisfaction, and the Psychological and Physical Welfare of Young Athletes[J]. Motivation and Emotion, 2004, 28(3) : 297-313.

[4]James W. A die and Joan L. Du.da and Nikos Ntoumanis. Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants:A test of basic needs theory[J]. Motivation and emotion, 2008, 32(3) : 189-199.

[5]朱晓娜, 黄燕, 李宗浩. 基本需要理论在中国运动员中的初步检验 [J]. 天津体育学院学报, 2011,26(04):346-350.

[6]Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). The Truth about Burnout. San Francisco, CA: Jossey- Bass Publishers.

[7]王勇宏. 大学生在线学习投入度测评指标体系构建与应用研究 [D]. 西北师范大学, 2020.

[8]应斌, 耿毅博, 林杰, 李琦. 新冠肺炎疫情复课期间中学生英语学习焦虑的大样本调查 [J]. 西南大学学报 (自然科学版), 2021,43(01):22-30.

[9]边玉芳, 李白璐. 心理学理论怎么用: 教育心理学. 浙江出版集团数字传媒有限公司. 2016

[10]乔晓熔. 大学生生命意义与学习投入的关系研究 [J]. 科教导刊 (上旬刊), 2017 (11) : 182 - 184.

[11]杨虹. 高中生心理资本、学习投入、心理健康与学业成就的关系研究 [D]. 哈尔滨: 哈尔滨师范大学, 2017.

[12]张信勇, 卞小华, 徐光兴. 大学生的学习投入与人格坚韧性的关系 [J]. 心理研究, 2008,1(06):72-76.

[13]庞飞. 高中生基本心理需要、心理资本与学习投入的关系及干预研究 [D]. 华中师范大学, 2021.

[14]屈晓婷, 秦莹. 北京市部分高校研究生学风现状调查 [J]. 学位与研究生教育, 2011(8):32-36.

[15]于海琴, 李晨. 学习环境对大学生学习方式、学业成就的影响——基于本科拔尖创新人才培养的实证研究 [J]. 高等教育研究, 2013(8):62-70.

[16]李永占. 父母教养方式对高中生学习投入的影响机制研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 2018,26(05):997-1001.

作者简介:
于志华 (1968-), 女, 汉族, 山东龙口人, 副教授, 博士, 研究方向: 运动技能学习和应用心理学。

基金项目:
湖北高校省级教学教研项目 (2021201); 中南民族大学研究生精品示范课程建设项目 (YJS22014); 中南民族大学教师教学发展中心教学改革专题研究项目 (JGZX202015); ; 中南民族大学教学项目 (404/KCSZX21031); 中南民族大学“民族地区体育与健康”研究团队项目 (KTS20027); 湖北省大学生创新创业训练计划项目 (SCX2237)。