

# 自主支持研究综述

姜雪莲 姜淑梅

(吉林师范大学 吉林四平 136000)

**摘要:** 青春期作为个体身心发展的重要时期,在此期间形成的观念将对未来的成人生活中起着举足轻重的作用。在个体发展过程中离不开家庭与学校的教养与支持,作为青少年社会发展的引导者和促进者,个人发展过程的开拓者与指路灯,父母与教师给予个人的社会支持对青少年来说起着至关重要的作用。因此,父母和教师是否以及如何支持个体成为影响青少年发展的一个不可忽略的重要因素。

**关键词:** 父母自主支持;教师自主支持;青少年 综述

## 引言

青春期是个体从儿童逐渐发展到成年人的中间过渡期,在此期间青少年会经历生理上的发育和心理的发展与转变。同时,在青少年发展过程中,个体身心变化最为迅速且十分明显,对外界事物容易产生新奇感,如果外界没有进行及时且适当的干预,可能会引发青少年如网络成瘾、焦虑和学业倦怠等的内外化问题,导致青春期成为一系列生理、心理与行为的突变阶段。而在这一过程中,青少年总是憧憬成熟却又怀念童年,向往独立自主却又渴望时刻依赖,这时家庭与学校便起着不可忽视的作用。父母与教师在青少年阶段中能够认同他们的观点,给予其鼓励与支持,使其自己能够做出选择、做出决定,那么在这样的情境下,个体能够体验更多幸福感,降低焦虑与抑郁的可能,对学习的兴趣增加、努力水平提升、体会到更多的胜任感、认识到学习的价值,进一步使其在生理与心理、学业与生活中朝向更积极的方向发展。

### 1. 自主支持的相关概念

#### 1.1 父母自主支持

Ryan 和 Deci 两位学者于 1995 年将父母自主支持定义为,父母能认同孩子的观点,尽其所能避免使用强制、控制和专制等方式,帮助其积极探索生命的真谛,这一观点将父母视为主导。随后几年,Ryan,Deci 等四位学者从新为自主支持这个概念下定义,即自主支持是指父母能够让孩子表达他们的意愿、抒发他们感情,父母尊重孩子的感受,降低孩子们的压力,为他们提供更多的机会和选择。在 2015 年,Ryan 和 Deci 两位学者再次对父母自主支持重新定义,即个体可以从父母那里获得情感上的认同,感受到父母对自己的决定和选择的支持与鼓励,个体是自由的,可以遵循自己内心的声音自主完成当下任务。换句话说,倘若父母在孩子成展与成长的过程中能够给予孩子更多的支持,给予他们更多的鼓励,这将有助于形成更为融洽的家庭关系,培养子女的自信心与自尊心,形成更积极的自我评价系统,从而在成长过程中形成更好的行为体验,个体会愈发希望朝向更为积极的方面发展。

#### 1.2 教师自主支持

Ryan 和 Deci 两位学者在 2000 年将教师自主支持定义为教师站在学生的角度考虑问题,避免对学生的强制、专制行为,承认学生的地位与情感,给学生自由选择的机会。教师的自主支持以及学生和教师之间良好关系是社交网络系统的重要组成部分,当学生感知教师自主支持时,即学生感受到来自教师的尊重,给学生自由探索主动出击的机会时,可以使学生缓解身心不满,同时促进学生的学习动力。

### 2 自主支持的测量方式

#### 2.1 父母自主支持的测量方式

##### 2.1.1 父母自主支持问卷

Wang, Pomerantz 和 Chen (2007) 基于 McPartland (1977),

Robbins (1994), Steinberg 等 (1992) 的量表而重新修订后的《父母自主支持量表》表。该分量表中共有 12 项,采用 5 点计分,1“非常不符合”,5“非常符合”,总分得分越高则父母自主支持的程度越高。

##### 2.1.2 父母自主支持量表 (Parental Autonomy Support Scale)

唐芹等 (2013) 根据前人的量表修订之后的父母自主教育支持量表。量表共 12 个条目(如,父母可以同意并支持我自己做一些决定),包含自主选择 and 交换意见两个维度。采用 5 点计分,1“完全不符合”,5“完全符合”。最后的得分为所得分数相加后的平均分,分数越高则父母自主支持程度越高。

#### 2.2 教师自主支持的测量方式

##### 2.2.1 学习气氛问卷

陈艳 (2008) 在前人的基础上,修订了学习气氛问卷 (Learning Climate Questionnaire ,LCQ),修订后的量表更符合使用中国问卷的青少年们。修订后的问卷共有 13 个项目,用五点计分方式,其中 1“完全不符合”,5“完全符合”,得分越高则教师自主支持程度也越高。

##### 2.2.2 学生感知教师自主支持问卷

刘桂荣 (2010) 修订的教师自主支持分量表。量表共 14 个项目,其中包含自主支持这一个维度。采用 7 点计分,1“完全不同意”,7“完全同意”。最后的得分为所有题目分数相加后的平均分,分数的越高则可以反映出教师自主支持水平也随之越高

##### 2.2.3 学生感知到的教师支持问卷

由海伦斯等人修订的“学生感知教师自主支持行为的问卷”(TASC),主要用以测量学生感知教师在教学环境中可能表现出来的自主支持模式及程度。而后周丽华学者根据近年来我国义务教育学校工作的最新具体变化情况进行了较系统详细的数据分析汇总与修订,共分 14 个项目,其中还包含了自主支持维度。采用 5 点计分方式,1“完全不符合”,5“完全符合”,得分越高则教师自主支持发展越高。

### 3 自主支持的相关研究

#### 3.1 父母自主支持的相关研究

##### 3.1.1 父母支持与青少年积极情绪发展

过去的另一项研究报告表明,父母缺少自主决策支持不仅严重影响到青少年家庭生活满意度,还经常会间接影响到其成长积极情绪产生重大影响。彭顺,牛更枫等学者 (2021 年) 的研究中再次验证了这一点,当青少年从父母那里得到更多的支持,他们的大脑就会收到更多的鼓励的信号,从而体验到积极的情绪,他们的自尊心也越强。家庭环境因素对个人进步起着至关重要的作用,父母是个体成长发育过程中最重要的外界因素,父母的一言一行都会对个体产生深远的影响,个体做出选择和决定时能够从父母那里得到支持,个体会心情大好、更有信心,从而产生良好的行为体验,同时个体能够持续保持其对生活的满意度与幸福感,进而产生积极

的情绪与自我评价。

### 3.1.2 父母自主支持与青少年未来规划

凡事预则立,不预则废,青少年时正是处于一个为达到成年期所准备工作的心理过渡重要时期,也是开始思考人类未来问题和逐渐确立自身价值观取向的心理重要转换时期。在处于这最后一阶段时期,个体开始越来越开始关注起自己未来对世界未来生活的种种愿望和美好志向,在思想行为举止上往往也将会渐因主观喜好而有所偏向。许丹佳,喻承甫等人(2019年)做的另一项前瞻性研究报告表明,父母提供自主经济支持能力对中国青少年学习的社会未来长期规划方向有很显著地正向及预测推动作用。父母之爱子,则为其计深远,受西方传统的文化传统影响,父母们在世界各地努力着为亚洲孩子们创造更加良好安全的教育生活环境条件和最适宜发展的文化学习环境,往往也会提前为孩子的未来做谋划,希望孩子长大后的生活更加美满。但是这样一来,青少年少了自己选择的过程,当父母给青少年自己选择的机会,按照自己的意愿做出决定,会使其体验到更多意义感与价值感,从而对未来的教育规划产生积极的影响,但是受应试教育的长期影响,大多青少年与家长将大多数精力放到了学业与成绩上,忽略了关于未来职业的规划。

### 3.1.3 父母自主支持与青少年问题行为

父母自主支持作为青少年发展社会关系的有力支持,保护青少年的生理与心理朝向积极的方向成长,减少问题行为的产生。问题行为是一个需要及时心理矫正治疗的心理行为,这种心理行为又往往也是已经超乎社会常态,已经大大妨碍到了对自己正常的学习生活工作或者已经对他人的日常生活造成有了一定的程度上的困扰。当个体有较于他人而表现出明显的行为过度、不足的或某些不完全恰当的行为,往往是个体为了避免失败或挫折,潜意识树立起一道心理防线;或是为了吸引目标人物的注意力,不论表扬与惩戒;或是为了体验行为后的自我刺激,享受这个过程的自我愉悦。而青少年自主行为支持与其积极的内部控制动机和个体积极的情绪状态有其正向可预测性作用,与青春期个体心理紧张焦虑感或压力感也呈正向负相关,有助于提高中国青少年自我控制动机水平从而有助于减少问题行为(邓林园等,2020)。父母对青少年的认同与支持,将会使青少年内心需求更加得到了满足,体验了更多支持,从而避免产生了更少的家庭外化的问题(吴莹婷,郭菲,王雅蕊,江兰,陈祉妍,2017),进而促进个体在学业表现与体验的幸福感的提升。

## 3.2 教师自主支持的相关研究

### 3.2.1 教师自主支持与学生学习行为

自主学习活动是指学习者主动地设计、掌握和实施的學習行为。当教师愿意花时间与学生们进行良好地沟通和交流,思学生所思了解和关心学生,尊重和理解他们的情绪波动,给予学生自己做选择、自己做决定的机会并给予他们应有的尊重时,学生在这一过程中心理需要得到满足,对教师产生更少的抵抗与叛逆心理,这样一来,可以激发他们对学习的兴趣和动机,他们会愿意自主进行学习。反之,当学生在这一过程中,得不到心理与行为上的满足与鼓励时,那么在学习过程中,个体将缺少内在的学习动机,对于学习的兴趣也会大幅度降低,自主学习根本无从谈起。

### 3.2.2 教师自主支持与学生学习投入

学习投入意在学生在活动中行为与情感体验的强度,以及所采取的认知策略(Skinner&Belmont,1993;Connell,1990),意味着学生在心理上的投入,为学习知识、发展技巧、掌握能力,其最重要的标志是学生在过程中投入的时间与精力。陈继文等人(2015年)发表的研究结论指出,学生所感知体验到的教师的自主学习支持程度

与其学习时间投入之前相比显著程度呈正向或预测性作用。这表明,当个体感受到更多来自教师的尊重与支持时,他们会体会到更多温暖,产生更多学习的意愿,其学习动机进一步提升,学生更愿意将更多的时间与精力投入到学习中去,此时其对学习的动机水平会进一步增加,达到促进学生投入的效果。

### 3.2.3 教师自主支持与学业倦怠

罗云等(2014年)的研究表明,教师的自主支持与学业倦怠水平负相关。在现代我们的日常生活以及教育实践中,那些原本所谓的品学兼优型的所谓优秀大学后进生也通常开始会是因为遭到了来自学校普通的教师同学眼中的忽视,得不到在专业与教师同事眼中得到的最有效地鼓舞与支持与精神激励,长此以往,他们自身也往往开始就会因为失去对于自主学习能力上的那种强大地信心,他们变得极度的厌恶以及承受那些来自存在于自己学习与工作环境与工作生活环境中的各种双重地压力,却往往因为无计可施,最终其必然的导致了学习问题行为的学生频频的出现,对着整个的学校教育组织与学校广大的老师们都树立起了起了敌对的态度与无力的反抗的大旗,最终都将是导致着他们的学业倦怠。倘若老师们真可以积极设法创造条件为广大低年级同学们从小就创设好这样的一个可以更加宽松自由、平等、民主的宽松愉快的课余生活环境,使所有同学对其所见所闻都能够可以相对比较自由大胆和直率地表来倾述交流一下对于自己一些真实问题的各种看法观点,抒发出一份自己的真切的情感,从而满足其自主需要,在学业上也能够有进一步的提升。

## 4 小结及未来展望

首先,目前有关于父母与教师自主支持的研究,大多还是基于横断面的数据,未来的研究可以通过收集纵向数据来验证与该变量相关的关系。其次,受中国传统文化的影响,父亲与母亲一般是传统的严父慈母的家庭教养形式,这样一来在孩子成长过程中产生一定差距,后续的研究可以将二者分开进行研究。最后,截止目前大多数的研究依旧只关注了个体普遍性的作用与影响,但却忽略了个体发展过程中的差异性,比如不同人格类型(或气质类型)的个体需求的差异,未来可以从这一角度出发进行后续研究。

### 参考文献:

- [1]吕红梅.自主支持与结构化:教师的不同激励风格及其作用探析[J].上海教育科研,2021(01):38-42.
- [2]王元,索长清.教师自主支持对学生自主学习行为的影响——基于自我决定理论视角[J].教育导刊,2020(03):30-36.
- [3]李若璇,刘红瑞,姚梅林.父母和班主任自主支持对青少年幸福感和孤独感的影响:个体为中心的视角[J].心理学,2019,42(04):827-833.
- [4]谭铮,刘洋,涂鹏.父母自主支持对流动儿童学习投入的影响:基本心理需要的中介作用[J].基础教育,2021,18(01):73-80.
- [5]邓林园,高诗晴,赵红丽,王小婷,方晓义.自主支持、基本心理需要满足对一年级职高生内外化问题的影响机制[J].心理与行为研究,2020,18(04):482-488.

作者简介:姜雪莲(1996-),女,汉族,吉林白山人,学历:研究生在读,单位:吉林师范大学,单位邮编:136000,研究方向:发展与教育心理学。

姜淑梅(1970-),女,汉族,吉林磐石人,职称:教授,学历:博士,单位:吉林师范大学,单位邮编:136000,研究方向:发展与教育心理学。