

药学新生大学适应性问题研究

谭琬婷*, 周建于, 罗 梅

昆明医科大学药学院, 云南 昆明

收稿日期: 2025年1月9日; 录用日期: 2025年2月11日; 发布日期: 2025年2月18日

摘 要

目的: 调查药学院新生的大学适应性状况, 根据现状提出对策。方法: 采用欧阳娟修订的大学新生适应性量表(Student Adaptation to College Questionnaire, SACQ)对本院新生431人施策。结果: ① 本学院新生总体适应良好, 但学生间个体差异较大; ② 女生新生的平均得分高于男生新生, 汉族学生平均得分低于少数民族学生, 省内学生的平均得分高于省外学生, 且省内其他城市的学生要高于本地学生, 独生子女学生平均得分高于非独生子女学生, 愿意参与学院组织活动的学生平均得分高于不愿意参与的学生; ③ 省内学生对大学的认可度显著高于省外学生, 且昆明市内生源学生的总体评价得分显著高于省内其他城市生源学生, 独生子女的学习适应性得分显著低于非独生子女, 愿意参与学院组织后续活动的同学在各维度的得分都显著高于不愿意参与的同学。结论: 我院新生总体适应良好, 但因为家庭背景、生活经历、生源地等不同, 学生间容易在大学适应性问题出现较大差异, 据此提出相应对策: ① 构建全方位、多层次社会支持网络, ② 积极开展大学生适应性教育, ③ 组建专业团队完善危机预案。

关键词

大学新生, 新生适应, 大学心理健康教育, 对策

Research on the Adaptability Problems of Pharmacy Freshmen in University

Wanting Tan*, Jianyu Zhou, Mei Luo

School of Pharmacy, Kunming Medical University, Kunming Yunnan

Received: Jan. 9th, 2025; accepted: Feb. 11th, 2025; published: Feb. 18th, 2025

Abstract

Objective: To investigate the adaptability status of freshmen in the School of Pharmacy and put

*第一作者。

forward countermeasures according to the current situation. **Methods:** The Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) revised by Ouyang Juan was used to conduct a survey among 431 freshmen in our school. **Results:** 1) The freshmen in our school generally adapted well, but there were significant individual differences among students; 2) The average score of female freshmen was higher than that of male freshmen. The average score of Han ethnic group students was lower than that of ethnic minority students. The average score of students from within the province was higher than that of students from outside the province, and the students from other cities within the province were higher than local students. The average score of only-child students was higher than that of non-only-child students. The average score of students willing to participate in the activities organized by the school was higher than that of those unwilling to participate; 3) The recognition degree of the university by students from within the province was significantly higher than that of students from outside the province. The overall evaluation score of students from Kunming was significantly higher than that of students from other cities within the province. The learning adaptability score of only-child students was significantly lower than that of non-only-child students. The scores of students willing to participate in the follow-up activities organized by the school in all dimensions were significantly higher than those of students unwilling to participate. **Conclusion:** The freshmen in our school generally adapted well, but due to differences in family background, life experience, place of origin, etc., significant differences were likely to occur among students in terms of adaptability to college. Corresponding countermeasures were put forward accordingly: 1) Building a comprehensive and multi-level social support network; 2) Actively carrying out adaptability education for college students; 3) Forming a professional team to improve the crisis plan.

Keywords

College Freshmen, Freshmen Adaptation, College Mental Health Education, Countermeasures

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 研究背景

1.1. 问题提出

在生物学中,适应(adaptation)指的是物种长期进化发展的过程,拉马克(Jean-Baptiste Lamarck)认为在生物体的进化过程中,“适应”就是对所处环境条件变化的反应[1];在心理学中,适应分为不同层次:感觉适应,即作用于感觉器官而使感觉的敏锐程度发生改变的现象;行为适应,即外在刺激作用于个体时,个体产生的应答性行为反应,形成“刺激-反应”的直接联结;认知适应,即个体通过大脑对适应问题的信息加工过程从而获得解决方案的过程;人格层次的适应是从整体上关注人们思想、情感、行为等与环境保持平衡的过程与状态。皮亚杰(J.P. Piaget)认为个体的指向外部或内化的动作都是适应,适应这是个体完成社会适应行为必备的心理特征。是心理发展的真正原因,其本质是维持机体与环境的平衡(林崇德, 1998) [2]。适应性指的就是个体适应的能力,黄希庭(1998)认为这是个体顺利完成社会适应行为所必备的心理特征[3]。

初入大学,很多学生会出现适应不良与迷茫,大一是从高中进入大学的重要转折,同时也是学生心理和道德发展的转折期,容易导致大学适应的障碍[4]。大学新生的适应具有长期性、多重性和整体性的特点,为了能够快速完成社会适应,提升学生心理健康水平与学业发展水平,培养大学新生的适应能力

非常重要。大学新生的适应是一个整体过程,包括学习适应、生活适应、大学校园适应、人际关系适应、情绪适应等方面。

在学习适应方面,存在教学方式不适应,如不适应大学教师的教授方式、缺乏自主学习能力等[5];也存在学习制度不适应,大学实行学分制度,注重培养学生的自学能力和独立思考能力,与高中有很大不同[6];同时大学生普遍缺乏明确、长期的人生目标,容易出现学习倦怠甚至厌学心理。中国学生在大学前一直都使用固定课表与教室,有高强度的日程安排,且目标较为统一,所有学生实行统一化管理,对学生自主性要求不高。但进入大学以后,课表、教室、教师、同学都不固定,根据学校人才培养方案与个人安排有所区别,空闲时间增多,对学生自主性要求提高,没有统一具体的学习目标,学生容易感到迷茫与不适。

在生活适应方面,大部分学生存在独立生活能力不足与追求个性自由的矛盾、理想与现实的矛盾,大学生摆脱了教师与家长的束缚,又没有树立新的理想目标,容易出现“理想真空期”[7]。大学为培养个性化学生,给与了学生充足的课后时间,学生可以根据自己的需求规划课余生活,但离开了高中固定、充实的课程规划,很多学生缺失自主规划的能力。同时,高中时父母往往为了让学生全身心投入学习,对于孩子的生活大包大揽,学生欠缺自主生活的能力,大部分高中走读的学生也缺乏集体生活的经验。

在大学校园适应方面,包括对自然环境和社会环境的适应。在当前的高考报考制度下,并非所有学生都能如愿以偿进入梦想中的学府,因此也会产生对学校认可度的不同,从而出现大学校园适应困难。大部分学生是外地生源(包括本省及外省),外地学生需要较长适应期来适应当地的社会文化、饮食习惯等,同时,来自偏远地区和困难家庭的学生还面临着家庭经济压力。

在人际关系适应方面,存在学生人际交往能力欠缺、学生孤独感高,大学人际关系存在立体化、多层次的特点,高考是一座分水岭,曾经的同学、朋友各奔东西,离开熟悉的社交圈,周围的同学来自不同家庭、地域,有不同经历、习惯,交往内容、形式也更加多样,难以在陌生环境建立新的人际关系。

在情绪适应方面,情绪适应指个体在面对内外压力时展现出情绪稳定和平衡的状态[8],情绪适应和人际关系适应存在双向的交叉滞后效应[9],即如果学生的人际关系适应不良,也会影响个体的情绪适应水平。同时,内卷环境对情绪适应有显著负相关作用[10],在当下高竞争的大学环境中,医药学生的就业压力大、内卷更严重,从而导致情绪适应水平也更低。

1.2. 研究对象特点

本院学生属于医学大专业下的药学专业学生,分为临床药学、药物制剂、制药工程与药学专业,其中女生占比 56.95%,少数民族占比 27.9%,主要为彝族、傣族、回族、壮族、苗族、藏族、白族等。学生的压力大部分集中在人际关系、学习压力、就业压力方面,经过前期访谈调查,发现部分学生存在因不适应导致的睡眠与情绪问题,多体现在入睡困难,超过三十分钟,情绪低落,常哭泣等。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

选取某大学药学院 2024 年入学新生发放线上问卷,共收到问卷 431 份,筛除无效问卷后,有效问卷 429 份,有效率为 99.54%。其中女性 280 人,占 65.3%,男性 149 人,占 34.7%;省内学生 360 人,占 83.92%,其中本省外地区学生 312 人,占 72.73%,本市学生 48 人,占 11.19%,省外学生 69 人,占 16.08%;非独生子女 326 人,占 75.99%,独生子女 103 人,占 24.01%;对于学院后续组织开展针对大学新生的团体辅导活动,394 人表示愿意参加,占 91.84%(见表 1)。

Table 1. Distribution table of subject information
表 1. 被试情况分布表

人口学信息	维度	频次	频率(%)
性别	女	280	65.27
	男	149	34.73
生源地	省内	360	83.92
	省外	69	16.08
生源地(省内)	外地	312	86.87
	本地	48	13.33
民族	汉族	295	68.76
	少数民族	134	31.24
是否独生子女	否	326	75.99
	是	103	24.01
活动参与意愿	是	394	91.84
	否	35	8.16

2.2. 研究方法

2.2.1. 测量工具

1) 一般资料调查法

根据调查目的设计了相应题目，其中客观题目 6 题，包括被调查者的专业、性别、民族、籍贯、是否为独生子女，主观题目 1 题，让学生自行补充未在客观题提及的有关内容。

2) 大学新生适应性量表(SACQ)

由 Baker 和 Siryk 于 1980 年编制的国外的大学生学校适应问卷(Student Adaptation to College Questionnaire, SACQ)，后在 1999 年再次修订，时间过于久远且本土化不强，故而采用欧阳娟修订的大学新生适应性量表[11]，共 36 题，包括个人情绪适应性、学习适应性、人际适应性、对大学的认可度和总体评价五个维度，采用 5 点计分方式，得分越高表示新生的适应性越好。该量表内部一致性信度(Cronbach α 系数)为 0.875，在 0.01 的水平上达到显著，问卷具有较高的信度。

2.2.2. 统计学分析

采用 spss20.0 进行数据处理和统计分析，采用频率分析、独立样本 t 检验进行数据比较分析。

2.2.3. 施策过程与数据处理

新生入学一个月后，研究者通过问卷星发放自编问卷，给予学生 10 天时间提交问卷，确保覆盖全院各专业所有新生。回收问卷后对测量数据进行初步整理，并剔除无效问卷，对有效问卷通过 spss20.0 进行数据分析。

3. 量表结果及分析

3.1. 总体情况分析

药学院 2024 级新生总体没有适应障碍，本次调查剔除满分的无效问卷后，得分总分最高分为 178 分，最低分 79 分，平均分最高分 4.94 分，最低分 2.19 分(见表 2)。

Table 2. The status of total scores**表 2.** 总分得分情况

			<i>n</i>	max	min	M	SD
专业	药学		190	178	91	137.30	19.315
	临床药学		111	176	79	136.54	20.603
	药物制剂		69	177	91	133.28	19.800
	制药工程(产业学院)		30	171	110	140.80	15.255
	药学(产业学院)		29	156	106	132.24	14.279
性别	女		280	178	79	136.60	18.963
	男		149	177	91	135.91	19.773
民族	汉族		295	178	91	135.89	19.106
	彝族		45	176	79	137.11	20.848
	白族		14	177	98	136.50	18.144
	哈尼族		13	157	116	137.23	14.990
	回族		13	172	108	142.31	21.061
	壮族		9	171	122	145.11	14.278
	傣族		5	155	117	137.80	16.084
	苗族		5	134	91	113.80	16.053
	藏族		4	144	126	134.25	7.676
	拉祜族		4	141	108	129.00	15.122
	纳西族		4	177	133	153.50	20.158
	蒙古族		3	147	130	140.00	8.888
	傈僳族		2	134	96	115.00	26.870
	满族		2	170	170	170.00	0
	土家族		2	172	129	150.50	30.406
	土族		2	172	129	150.50	30.406
	阿昌族		1	159			
	布朗族		1	127			
	朝鲜族		1	106			
	侗族		1	108		\	
	景颇族		1	140			
	佤族		1	114			
	瑶族		1	129			
生源地	省内	外市	312	176	91	141.25	22.718
		本市	48	178	79	136.29	18.694
	省外		69	171	99	133.29	18.585
独生子女	否		326	178	79	135.74	18.843
	是		103	177	98	138.31	20.369
参与活动意愿	是		394	178	91	137.73	18.560
	否		35	172	79	120.89	20.094

经过对 2024 级新生入学后的适应情况进行调查研究,能够发现目前本学院新生总体适应良好($M = 136.36$),但学生间个体差异较大($SD = 19.228$)。本研究的调查时间设置在开学一个月后,经过调查可知大部分同学已经适应了大学的学习、生活节奏,外地同学也基本适应了本地饮食、文化。

从性别上看,总分得分最高的是女生,且女生新生的平均得分也高于男生新生,女生适应更好可能是因为女生占比较大,群体包容性强,更容易获取人际关系支持,在群体内能更好适应新的生活。

从民族上看,总分得分最高的是汉族,最低的是彝族,排除仅有一名学生的民族,平均得分最高的是满族,最低的是苗族,汉族学生的平均得分低于少数民族学生(137.4 ± 19.524)。汉族学生平均得分低于少数民族学生,可能是因为汉族学生基数大,且大部分汉族学生来源于省外,相较于本省学生更难适应。

从生源地来看,得分最高的是本市学生,最低的也是本市学生,省内学生(136.95 ± 19.318)的平均得分高于省外学生,且省内其他城市的学生要高于本市学生。可见本校在当地评价较高,但在全国范围内还需提升知名度与认可度。

从是否为独生子女来看,得分最高和最低的都是非独生子女学生,独生子女学生平均得分高于非独生子女学生。因为独生子女在之前的学习生活中就较为独立自主,而非独生子女大多有同伴或替代经验,自主性较弱,更难适应大学生活。

从对学校活动的参与意愿上来看,得分最高的是愿意参加学院组织的团体辅导活动的学生,得分最低的是不愿意参与的学生,且愿意参与的学生平均得分高于不愿意参与的学生。能够积极参加学校活动也是适应大学活动的表现之一,不愿意参加学校活动也表明该生的适应性较差,从另一方面来看,不适应大学生活的学生往往也因避免参加集体活动而缺乏提升适应性的机会。

3.2. 不同维度新生的适应性情况比较与分析

3.2.1. 性别差异

从性别上看,女性与男性得分无显著差异(见表 3)。

Table 3. The comparative analysis of scores by gender
表 3. 不同性别的分数比较

	女($n = 280$)	男($n = 149$)	t	p
总分	136.6 ± 18.96	135.91 ± 19.77	0.35	0.726
平均分	3.79 ± 0.53	3.78 ± 0.55	0.35	0.726
个人情绪适应性	3.53 ± 0.79	3.62 ± 0.86	-1.07	0.283
学习适应性	3.62 ± 0.63	3.60 ± 0.65	0.28	0.781
人际适应性	3.93 ± 0.60	3.87 ± 0.04	1.09	0.278
对大学的认可度	3.99 ± 0.56	3.87 ± 0.67	1.84	0.067
总体评价	4.10 ± 0.65	4.20 ± 0.59	-1.55	0.121

3.2.2. 生源地差异

在生源地方面,省内学生(3.99 ± 0.59)对大学的认可度显著高于省外学生(3.76 ± 0.63) (见表 4),且昆明市内生源学生(4.36 ± 0.52)的总体评价得分显著高于省内其他城市生源学生(4.12 ± 0.63) ($p \leq 0.01$) (见表 5)。

我院新生多为省内生源,共有 360 人是云南省内学生,其中 48 人为本市学生。省内学生对大学的认可度得分为 3.99 ± 0.59 ,省外学生对大学的认可度为 3.76 ± 0.63 ,省内外学生存在显著差异,原因可能是本校在当地具有一定知名度,省内学生更加认可本校;本市学生的人际适应性得分为 4.09 ± 0.62 ,省内其

他城市学生得分为 3.91 ± 0.59 ，存在显著差异，原因在于本市学生拥有更为广泛的社会关系网络，如家人、同学、朋友等，具有相对稳定的人际关系，能够在大学入学后在熟悉的社交环境中适应学校人际关系，增强了人际适应性。

Table 4. Score comparison of provincial and out-of-province students

表 4. 省内外学生的分数比较

	省内($n = 360$)	省外($n = 69$)	t	p
总分	136.95 ± 19.32	133.29 ± 18.59	1.45	0.148
平均分	3.80 ± 0.54	3.70 ± 0.52	1.46	0.145
个人情绪适应性	3.58 ± 0.82	3.51 ± 0.79	0.66	0.512
学习适应性	3.61 ± 0.64	3.62 ± 0.59	-0.10	0.918
人际适应性	3.93 ± 0.60	3.81 ± 0.62	1.57	0.116
对大学的认可度	3.99 ± 0.59	3.76 ± 0.63	2.93	0.004**
总体评价	4.15 ± 0.62	4.07 ± 0.68	0.92	0.356

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

Table 5. Score comparison of students in the municipal area and in other cities of the resident province

表 5. 本市与其他城市学生分数比较

	本市($n = 48$)	外市($n = 312$)	t	p
总分	141.25 ± 22.72	136.29 ± 18.69	1.44	0.155
平均分	3.92 ± 0.63	3.79 ± 0.52	1.44	0.155
个人情绪适应性	3.76 ± 0.95	3.55 ± 0.80	1.66	0.098
学习适应性	3.71 ± 0.70	3.59 ± 0.63	1.19	0.236
人际适应性	4.09 ± 0.62	3.91 ± 0.59	2.03	0.043*
对大学的认可度	4.00 ± 0.65	3.98 ± 0.58	0.20	0.845
总体评价	4.36 ± 0.52	4.12 ± 0.63	2.57	0.010**

3.2.3. 独生子女差异

从是否为独生子女上看，独生子女(3.78 ± 0.6)的学习适应性得分显著低于非独生子女(3.56 ± 0.64) ($p \leq 0.05$)，其他维度及总分上无显著差异(见表 6)。

为促进人口发展，我国自 2015 年党的十八届五中全会明确提出“全面实施一对夫妇可以生育两个子女的政策”，并通过了人口与计划生育法修正案，从 2016 年开始实施全面两孩政策。2021 年全国人民代表大会常务委员会优化了生育政策，一对夫妻可以生育三个子女[12]。目前大一新生均为“05 后”，本研究有效被试共 429 人，独生子女 109 人，非独生子女 326 人，非独生子女占比大。根据调查结果显示，独生子女与非独生子女在学习适应上有显著差异，独生子女的学习适应性得分为 3.78 ± 0.6 ，非独生子女得分为 3.56 ± 0.64 。学习适应性主要测量的是学生对于大学教育要求的心理特征和应对能力独生子女的学习适应性显著强于非独生子女，可能是因为独生子女在大学前就习惯了独立完成学习任务，大学教育的显著特点就是对学生自学能力的要求提高，因此本院独生子女更加适应大学教育。

Table 6. Comparison of scores between only-child and non-only-child students
表 6. 是否独生子女学生的分数比较

	是(<i>n</i> = 103)	否(<i>n</i> = 326)	<i>t</i>	<i>p</i>
总分	138.31 ± 20.37	135.74 ± 18.84	1.18	0.238
平均分	3.84 ± 0.57	3.77 ± 0.52	1.17	0.243
个人情绪适应性	3.52 ± 0.97	3.58 ± 0.77	0.55	0.585
学习适应性	3.78 ± 0.60	3.56 ± 0.64	3.19	0.002**
人际适应性	3.96 ± 0.64	3.90 ± 0.59	0.98	0.325
对大学的认可度	3.97 ± 0.62	3.94 ± 0.60	0.34	0.732
总体评价	4.22 ± 0.67	4.11 ± 0.61	1.49	0.138

3.2.4. 活动参与意愿差异

大学参与程度低会导致大一新生容易出现大学适应困难、中断学业甚至辍学[13]，学生的参与不仅是对课堂、学习及相关教育活动的参与，还包括参与学校提供的课外学习机会或其他支持性服务[14]。本次研究旨在为后续学院组织针对新生的活动提供理论指导，因此还调查了新生是否愿意参与学院组织的团辅活动，在对大学的认可程度这一维度，不愿意参加学院组织的团辅活动的学生与愿意参与的学生在各维度上都有显著差异，愿意参与的同学在各维度的得分都显著高于不愿意的同学(见表 7)。可见，大部分存在适应困难的学生都不太愿意参与集体活动，或者说不愿意参与集体活动的学生更容易有适应困难，所以低活动参与意愿与学生的适应困难有显著的正相关关系。

Table 7. Comparison of scores among students with different activity participation willingness
表 7. 不同活动参与意愿学生分数比较

	愿意(<i>n</i> = 394)	不愿意(<i>n</i> = 35)	<i>t</i>	<i>p</i>
总分	137.73 ± 18.56	120.89 ± 20.09	5.11	0.000***
平均分	3.83 ± 0.52	3.36 ± 0.56	5.11	0.000***
个人情绪适应性	3.60 ± 0.81	3.19 ± 0.84	2.75	0.004**
学习适应性	3.65 ± 0.62	3.22 ± 0.70	3.88	0.000***
人际适应性	3.96 ± 0.59	3.41 ± 0.56	5.25	0.000***
对大学的认可度	4.00 ± 0.56	3.42 ± 0.78	4.3	0.000***
总体评价	4.16 ± 0.63	3.91 ± 0.64	2.2	0.029*

4. 对策建议

新生适应问题可分为个人情绪适应性、学习适应性、人际适应性、对大学的认可度和总体评价等维度，在学生无法自行适应的情况下，学校及学院需要给存在适应困难的学生提供可行性指导，包括理论指导与实践指导。理论指导可以通过开展讲座、新老生交流会、师生座谈会等进行，从理论出发，讲解新生适应困难的应对方法。实践指导可以通过开展团体辅导、进行素质拓展训练等进行，结合理论知识进行实践。

1) 构建全方位、多层次社会支持网络

研究证明,较高的社会支持可以直接增强学生的学习适应[15]和学校适应[16],为大学新生完善社会支持网络,对新生的学习适应有积极作用。应构建以学校-家庭-班级为核心的社会支持网络,提供全方位、多层次的社会支持。协同本院教师、同专业高年级学生提供指导,如开展新老生交流会,邀请学长学姐与新生进行交流座谈,搭建新老生交流平台,针对性地答疑解惑,传授专业学习、评奖评优、考研推免等方面的经验;开展师生座谈会,打通师生沟通渠道,助力学生缓解适应困难;开展团体辅导,增强班级凝聚力,研究表明,经过针对性地团体辅导,可以提升班级的团体凝聚力、向心力,加强学生群体间的协作精神,从而提高新生适应能力[17]。

2) 积极开展大学生适应性教育

加强心理健康教育,应注重大学生心理健康课程、邀请心理学专家进校开展大学生心理适应讲座,通过讲座指导学生树立正确认知,采取科学的方法应对适应困难。在开展大学生适应性教育时,要注意“对症下药”,根据不同家庭背景、生活经历、性别、专业等有针对性地分组干预,辅导员、班主任要用好“望闻问切”来了解学生再进行分组,尤其是对于少数民族、贫困家庭、来自偏远地区的学生,更是要尊重学生民族习俗、生活习惯,避免打击学生适应大学校园的积极性。

3) 组建专业团队完善危机预案

学院可以组建心理志愿服务队,招募心理学专业或本院对心理学感兴趣的同学,邀请具备心理工作经验、具有心理学专业背景的教师加入,定期开展团体心理辅导及专业知识、技能培训,增强服务队成员心理工作能力,优化学院心理危机预案,构建“宿舍-班级-服务队-教师-心理中心”的五级心理预警防控机制,将心理工作做到学生群体中,发挥学生的朋辈帮扶作用,在学生群体中监控学生心理健康状况,以便及时应对。

参考文献

- [1] 赫根汉. 心理学史导论[M]. 第4版. 郭本禹,等,译. 上海: 华东师范大学出版社, 2006.
- [2] 林崇德. 发展心理学[M]. 杭州: 浙江教育出版社, 2000.
- [3] 黄希庭. 人格心理学[M]. 台北: 东华书局, 1998.
- [4] 杨钊, 毛丹. "适应"大学新生发展的关键词-基于首都高校学生发展调查的实证分析[J]. 中国高教研究, 2013(3): 16-24.
- [5] 吕素珍, 程斯辉. 大学新生适应问题初探[J]. 湖北大学学报(哲学社会科学版), 2004, 31(2): 230-233.
- [6] 雷环. 从社会心理学角度看大学新生的适应问题[J]. 思想教育研究, 2008(3): 42-44.
- [7] 郝文清. 大学新生环境适应问题与应对措施[J]. 中国高教研究, 2006(2): 87-88.
- [8] Duchesne, S. and Ratelle, C.F. (2020) Achievement Goals, Motivations, and Social and Emotional Adjustment in High School: A Longitudinal Mediation Test. *Educational Psychology*, **40**, 1033-1051.
<https://doi.org/10.1080/01443410.2020.1778641>
- [9] 刘欢, 李于凡. 大学新生学习适应、社交适应、情绪适应间的动态联系: 一项追踪研究[J]. 心理发展与教育, 2024, 40(2): 270-278.
- [10] 吴彤, 张庆, 陈佳琦, 等. 内卷环境与情绪适应的关系——错失恐惧的中介作用[J]. 心理月刊, 2024, 19(14): 91-94.
- [11] 欧阳娟. 大学新生适应性量表(SACQ)的修订与应用研究[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 湖南师范大学, 2012.
- [12] 《中共中央国务院关于优化生育政策促进人口长期均衡发展的决定》发布[J]. 招标采购管理, 2021(8): 6.
- [13] Kuh, G.D., Kinzie, J., Buckley, J.A. and Bridges, B.K. (2006) What Matters to Student Success? A Review of Literature. Commissioned Report for the National Symposium on Postsecondary Student Success: Spearheading a Dialog on Student Success. National Postsecondary Education Cooperative.
- [14] Upcraft, M., Gardner, J. and Barefoot, B. (2005) Challenge and Support: Creating Climates for First-Year Student

Success. John Wiley and Sons.

- [15] 仲亚琴, 高月霞, 陆青云. 大学新生社会支持、学习适应与学习成绩的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24(8): 1196-1200.
- [16] 包文婷. 大学新生社会支持、应对方式与学校适应的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2012, 20(4): 575-577.
- [17] 钟向阳, 韩云金, 张莉. 班级团体辅导对高校新生的影响力研究[J]. 华南农业大学学报(社会科学版), 2009, 8(3): 151-155.