

大学生运动员羞耻感对求助意愿的影响： 有调节的中介模型

廖志锋, 李朝阳, 刘海祥, 杨文伟

广州体育学院研究生院, 广东 广州

收稿日期: 2024年9月24日; 录用日期: 2024年10月1日; 发布日期: 2024年11月15日

摘要

本研究旨在探讨大学生运动员羞耻感对其求助意愿的影响, 以及心理韧性在其中的中介作用和身份认同感的调节作用。以问卷调查法, 调查广东省部分高校的大学生运动员的羞耻感、求助意愿、心理韧性及身份认同感。以数理统计法进行描述性统计、信度分析、共同方法偏差检验、相关性分析以及回归分析和路径分析。研究结果显示, 羞耻感与心理韧性、求助意愿、身份认同感均呈现负相关, 而心理韧性、求助意愿和身份认同感之间则呈现正相关。进一步的分析表明, 心理韧性在羞耻感与求助意愿之间起到中介作用, 而身份认同感则对这一关系起到调节作用。具体来说, 当身份认同感较低(更倾向于学生身份)时, 羞耻感对心理韧性和求助意愿的负向影响较弱; 而当身份认同感较高(更倾向于运动员身份)时, 羞耻感对心理韧性和求助意愿的负向影响显著增强。

关键词

大学生运动员, 羞耻感, 求助意愿, 心理韧性, 身份认同感, 有调节的中介

The Impact of Shame on Help-Seeking Intentions among College Athletes: A Moderated Mediation Model

Zhifeng Liao, Zhaoyang Li, Haixiang Liu, Wenwei Yang

Graduate School, Guangzhou Sport University, Guangzhou Guangdong

Received: Sep. 24th, 2024; accepted: Oct. 1st, 2024; published: Nov. 15th, 2024

Abstract

This study aims to explore the impact of shame on help-seeking intentions among college athletes,

文章引用: 廖志锋, 李朝阳, 刘海祥, 杨文伟(2024). 大学生运动员羞耻感对求助意愿的影响: 有调节的中介模型. 心理学进展, 14(11), 186-193. DOI: 10.12677/ap.2024.1411781

with a focus on the mediating role of psychological resilience and the moderating effect of identity identification. Using a questionnaire survey method, purposive sampling was employed to select college athletes from several universities in Guangdong Province as study participants. Descriptive statistics, reliability analysis, common method bias testing, correlation analysis, and regression and path analysis were conducted using statistical methods. The results showed that shame was negatively correlated with psychological resilience, help-seeking intentions, and identity identification, while psychological resilience, help-seeking intentions, and identity identification were positively correlated. Further analysis revealed that psychological resilience mediated the relationship between shame and help-seeking intentions, while identity identification moderated this relationship. Specifically, when identity identification was low (leaning towards a student identity), the negative impact of shame on psychological resilience and help-seeking intentions was weaker; however, when identity identification was high (leaning towards an athlete identity), the negative impact of shame on psychological resilience and help-seeking intentions was significantly stronger.

Keywords

College Athletes, Shame, Help-Seeking Intentions, Psychological Resilience, Identity Identification, Moderated Mediation

Copyright © 2024 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. 引言

大学生运动员作为校园中一群独特的双重身份者，常因其特殊的双重身份而面临独特的心理与社会挑战(石坤林, 2020)。这是由于双重身份中，每一个身份都有特定的义务和任务。学生身份意味着要完成学业任务，运动员身份则要求要投身进入训练当中以保持较高的体育水平。身份的双重性导致他们会引起一定的时间分配冲突、学训压力等矛盾(陶然成等, 2010)。因此，该群体在大学期间遇到问题的概率要大于非大学生运动员。而求助是大学生运动员解决问题的重要途径之一。所以，积极寻求帮助能够为大学生运动员提供必要的资源和支持以应对挑战，还能减轻心理压力和社会压力(Rickwood et al., 2005)。在这一背景下，探究大学生运动员的求助意愿及其影响因素显得尤为重要，有助于理解他们面临的具体挑战，也为他们制定有效的支持策略和干预措施提供科学依据。

2. 提出假设

个体在寻求帮助时往往会考虑被求助者、周围人群及社会的态度和反应(陈欣, 黄春花, 2023)。在这一情形下，总是会出现羞耻感这一情感体验，即羞耻感往往伴随着求助的出现。羞耻感，作为一种深层的情感体验，常根植于个体对自身行为、能力或身份的负面评价中，尤其在面临失败或社会评价时显得尤为突出(张野等, 2024)。对于大学生运动员而言，双重身份往往使他们在学业和体育表现上面临更高的期望和标准，进而可能在未能达到这些标准时感受到更强烈的羞耻。这种感觉不仅可能源于内在的自我评价，也可能受到外部的社会评价和比较的影响。羞耻感的存在，可能会在不同层面上影响大学生运动员的行为和心理状态。具体来说，在寻求帮助的过程中，羞耻感可能成为一个潜在的障碍，影响个体是否愿意向他人展示自己的脆弱和需要。

事实上，羞耻感在个体心理的作用远比直观上看更为复杂和细微，它可能通过影响个体的自我认知、社会互动和情绪调节等多个方面，间接地影响求助行为的倾向和方式(陈君楣, 吕勇, 2023)。即羞耻感可

能通过影响个体其他的情感间接影响求助意愿。而大学生运动员这一群体中很多心理上情感、态度都值得深思。如优秀运动员背后坚持不懈和克服困难,其内在情感之一就是心理韧性。心理韧性是指个体面对压力、挑战、逆境或失败时仍能保持积极态度的一种能力或人格特质。这种能力使个人能够适应压力和困难,从挑战中恢复甚至成长。心理韧性并不是天生的特质,而是可以通过经验和实践发展和增强的(高新松等, 2024)。因此本文提出,心理韧性可能作为一个重要的心理变量,在大学生运动员羞耻感与求助意愿之间发挥中介的作用,这一假设的探索有助于深化对大学生运动员心理复杂性的理解,也为提出有效的心理干预策略提供了新的视角。

在国内外众多研究中,学者们对大学生运动员这一个特定的群体给予了广泛的关注。这一群体因其兼具学生身份和运动员身份而显得独特。这种独特的身份组合给他们带来了独特的挑战和经历,从而影响了他们对自我身份的理解和接受程度(赵一凡, 2021)。不过,身份的自我认同在这一群体中并非均匀分布,个体间的认同感存在显著差异(秦伟平, 杨东涛, 2012)。可能同一群体中,有的人更倾向于认同运动员的身份,也有可能更认同于学生的角色(赵一凡, 2021)。这种个体间的认同感差异可能会有不同的心理和行为反应。这一角度也是契合社会认同理论的观点。社会认同理论指出个体会基于他们所属的社会群体(如族裔、宗教、职业、身份等)来定义自己,并且这种定义是能够影响他们的行为和心理状态的(王莹, 2008)。例如行为上,谢锦的研究表明不同身份归属感的学生运动员会有显著差异的运动投入(谢锦, 2021)。心理上,李元指出高校高水平运动员的身份认同差异会对自我效能感存在影响(李元, 2017)。而在实际情况中也是如此,大学生运动员们并不会实质区分两种身份。因此他们的身份归属是潜意识或者说内化,所以对于求助意愿的影响关系中,身份归属感不能作为一个直接影响因素去探究。在本研究中,将身份认同感假设为羞耻感与求助意愿、心理韧性关系中的调节因素去设定。

3. 研究对象与方法

3.1. 研究对象

为有效把握研究对象,本研究以目的性抽样的方式,选取广东省部分高校的部分大学生运动员为调查对象。目的性抽样允许研究者根据特定的目标和标准挑选最能提供所需信息的样本。共发放 484 份,实际回收 404 份问卷,回收率为 83.47%。筛查后剔除无效问卷 47 份,最终有效问卷共计 357 份,问卷有效回收率为 88.36%。被调查群体中男性 186 人(52.1%),女性 171 人(47.9%)。年级上,大一 68 人(19.0%),大二 95 人(26.6%),大三 91 人(25.5%),大四 46 人(12.9%),研究生 57 人(16.0%)。运动等级上,运动健将人数为零,一级运动员 13 人(3.6%),二级运动员 38 人(38%),无运动员等级 306 人(85.7%)。

3.2. 研究工具

3.2.1. 大学生运动员身份认同感量表

采用 Yukhymenko (Yukhymenko, 2014)编制的 Academic and Athletic Identity Scale (AAIS),来测量大学生运动员的身份认同感。该量表采用 Likert 5 点评分,从 1 (非常不同意)到 5 (非常同意),个体分数越高则代表越偏向运动员身份,反之则偏向学生身份。共计 11 个条项,5 个学生认同维度条项,6 个运动员认同维度条项,其中学生认同维度为反向计分。经可靠性分析检验,该量表的内部一致性为 0.950。

3.2.2. 羞耻感量表

铭怡和 Bernice (钱铭怡等, 2000)等人修订的《大学生羞耻体验量表》(Experience of Shame Scale, 简称 ESS),包括个性、行为和身体三个维度。为符合求助的背景及契合大学生运动员这一群体的研究需求,进行局部改动,例如删掉身体羞耻感这一维度。共计 10 个题项。经可靠性分析检验,该量表的内部一致

性为 0.941。

3.2.3. 心理韧性量表

采用 Campbell-Sills (Campbell-Sills & Stein 2007)等人对 CD-RISC (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)所简化的心理韧性量表。共 10 个条目,采用 5 点计分法,量表的总分越高,代表个体的心理韧性越强。由于本文调查对象为特定的大学生运动员,因此在该量表的基础上进行部分删减和关键词修改。修改后为 8 个题项,5 点评分,从 1 (很不符合)到 5 (很符合)。经可靠性分析检验,该量表的内部一致性为 0.887。

3.2.4. 求助意愿量表

由国外学者 Fischer (Fischer & Farina, 1995)等编制的专业心理求助态度问卷为基础,该问卷被国内学者郝志红等(郝志红,梁宝勇,2007)人修订,采用 Likert 5 点评分。共计四个量表,本研究仅采用第一个分量表,即“需求性”。虽说该量表被广泛使用,但与本文研究内容的契合度不高;因此,对其进行部分删减。删减后仅保留 3 个题项,经可靠性分析检验,该量表的内部一致性为 0.734。

3.3. 研究方法

采用问卷调查法,调查广东省部分高校的大学生运动员的个体特征、羞耻感、求助意愿、心理韧性及身份认同感。采用 SPSS 25.0 对所收集的数据进行完整性检验,剔除无效问卷后进行描述性统计、问卷信度分析、Harman 单因素方差检验的共同方法偏差检验、相关性分析。且采用 SPSS 的 process 插件对相关假设进行回归分析及路径分析。

4. 研究结果与分析

4.1. 共同方法偏差检验

在本次研究中,数据主要来自参与者的自我报告,存在潜在的共同方法偏差风险。为最小化这种偏差,研究过程中,详细说明了问卷的匿名性和保密性,并强调所得数据将仅用于学术研究目的。

此外,为了评估共同方法偏差的影响,我们运用了 Harman 的单因子检验方法。分析结果显示,有四个因子的特征根超过 1,其中第一因子解释了 43.109%的方差(低于 50%的常见阈值)。这表明共同方法偏差对本研究的结果影响不显著。

4.2. 描述性统计

对数据进行 Pearson 相关分析,表 1 结果显示羞耻感与心理韧性、求助意愿、身份认同感均表现出负相关,而心理韧性、求助意愿和身份认同感之间则呈现正相关。

Table 1. Descriptive statistics and correlation analysis results for each variable (n = 357)

表 1. 各变量描述统计和相关分析结果(n = 357)

	M	SD	羞耻感	心理韧性	求助意愿	身份认同感
羞耻感	2.87	0.98	1			
心理韧性	3.17	0.85	-0.449**	1		
求助意愿	3.09	0.87	-0.671**	0.518**	1	
身份认同感	2.80	1.03	-0.694**	0.296**	0.548**	1

注: ** $p < 0.01$ 。

4.3. 中介模型检验分析

首先采用 Model 4 检验羞耻感对求助意愿的影响, 并探讨心理韧性是否在其中起到中介作用。结果显示羞耻对心理韧性的负向影响显著($\beta = -0.388, p < 0.01$), 表明羞耻感越强, 心理韧性越弱。羞耻对求助意愿的直接效应显著($\beta = -0.489, p < 0.01$), 说明即使控制了心理韧性, 羞耻感仍然对求助意愿有显著的负面影响, 即羞耻感越强, 求助意愿越低。心理韧性对求助意愿有显著正向影响($\beta = 0.279, p < 0.01$), 表明心理韧性越强, 求助意愿越高。羞耻通过心理韧性对求助意愿的间接效应为 -0.109 , Bootstrap 置信区间(95% CI)为 $[-0.150, -0.07]$, 不包含 0, 表明间接效应显著。这说明羞耻感会通过降低心理韧性, 进一步降低个体的求助意愿。详见表 2。

Table 2. The mediating role of psychological resilience (n = 357)

表 2. 心理韧性的中介作用(n = 357)

路径	β	SE	t 值	LLCI	ULCI
羞耻→韧性	-0.388**	0.041	-9.46	-0.469	-0.308
羞耻→求助	-0.489**	0.037	-13.162	-0.562	-0.416
韧性→求助	0.279**	0.043	6.502	0.195	0.364
羞耻→韧性→求助	-0.109	0.021	/	-0.150	-0.070

注: ** $p < 0.01$ 。 β 为标准化回归系数, SE 为标准误差, t 值为 β 值的 t 检验统计量, LLCI 和 ULCI 分别是置信区间的下限和上限。

4.4. 有调节的中介模型检验分析

采用 SPSS 宏程序 PROCESS 的模型 8 进行有调节的中介效应检验。结果显示, 羞耻感对心理韧性的负向影响显著, 且羞耻感与身份认同感的交互项对韧性有显著负向影响($\beta = -0.799, p < 0.01$), 表明身份在羞耻对韧性影响中的起负调节作用。羞耻对求助意愿的直接效应显著, 且为负向预测显著。心理韧性对求助意愿有显著正向影响, 且羞耻感与身份认同感的交互项对求助意愿有显著负向影响($\beta = -0.434, p < 0.01$), 表明身份在羞耻对求助意愿影响中的起负调节作用。详见表 3 和图 1。

Table 3. The moderating role of identity perception (n = 357)

表 3. 身份认同感的调节作用(n = 357)

路径	β	SE	t 值	LLCI	ULCI
羞耻→韧性	-0.388**	0.041	-9.46	-0.469	-0.308
羞耻 × 身份→韧性	-0.799**	0.098	-8.163	-0.992	-0.607
羞耻→求助	-0.489**	0.037	-13.162	-0.562	-0.416
韧性→求助	0.279**	0.043	6.502	0.195	0.364
羞耻 × 身份→求助	-0.434**	0.090	-4.821	-0.610	-0.257
调节的中介效应指数	-0.162	0.046	/	-0.258	-0.07

注: ** $p < 0.01$ 。 β 为标准化回归系数, SE 为标准误差, t 值为 β 值的 t 检验统计量, LLCI 和 ULCI 分别是置信区间的下限和上限。

为了展示调节效应分析中焦点预测变量在不同调节变量值上的条件效应, 将身份认同感按平均数, 及平均数加减各一个标准差分成低、中、高三个组别, 进行斜率预测分析。当身份认同感越高, 就代表

更倾向于运动员身份，反之，则更倾向于学生身份。所以进行低、中、高三组斜率预测分析即是不同身份倾向下羞耻感对心理韧性的调节效应变化如何、羞耻感对求助意愿的调节效应变化如何。

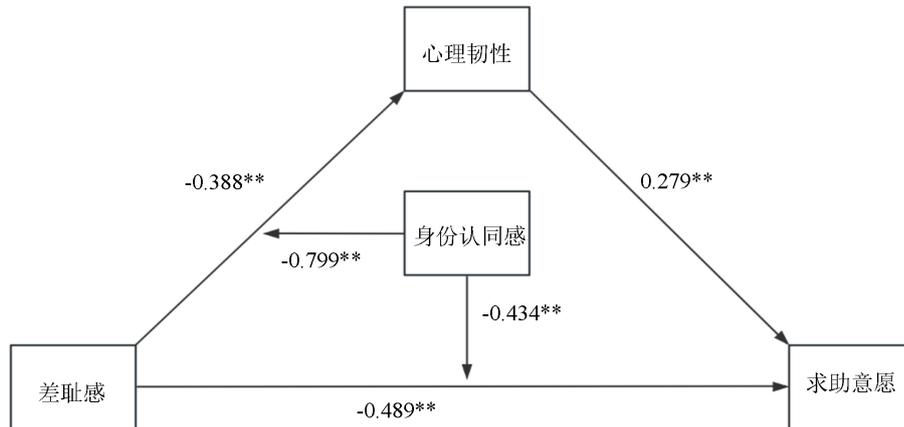


Figure 1. Mediated model diagram with adjustments
图 1. 有调节的中介模型图

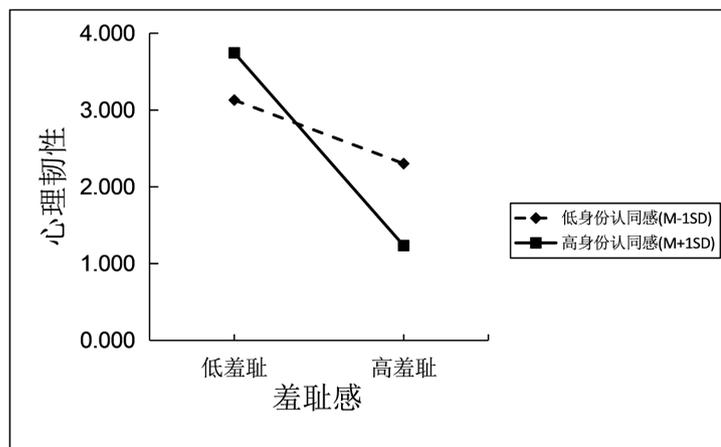


Figure 2. The moderating role of college athlete identity on the relationship between shame and psychological resilience
图 2. 大学生运动员身份认同感对羞耻感与心理韧性之间关系的调节作用

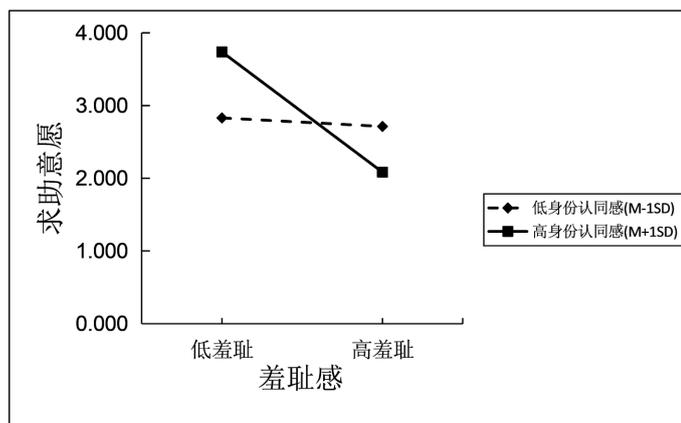


Figure 3. The moderating effect of college athlete identity on the relationship between shame and willingness to seek help
图 3. 大学生运动员身份认同感对羞耻感与求助意愿之间关系的调节作用

结果显示,当身份认同感处于低分组时(更倾向于学生身份),羞耻感对心理韧性具有负向预测作用($\beta = -0.408, t = -3.23, p < 0.01, 95\% \text{ CI} [-0.187, -0.630]$);身份认同感处于中分组时,羞耻对韧性的预测效应为负($\beta = -0.401, t = -7.831, p < 0.001, 95\% \text{ CI} [-0.501, -0.300]$)。身份认同感处于高分组时(更偏向于运动员身份),羞耻对韧性的预测效应更低($\beta = -1.204, t = -10.694, p < 0.001, 95\% \text{ CI} [-1.426, -0.983]$)。当身份认同感处于低分组时(更倾向于学生身份),羞耻对求助的预测效应不显著($\beta = -0.060, t = -0.618, p > 0.05, 95\% \text{ CI} [-0.250, 0.130]$),说明在身份较低的情况下,羞耻对求助的影响较弱;当身份认同感处于中分组时,羞耻对求助的负向预测效应显著增强($\beta = -0.452, t = -9.397, p < 0.001, 95\% \text{ CI} [-0.547, -0.358]$),表明在此条件下,羞耻明显降低求助意愿。当身份认同感处于高分组时(更偏向于运动员身份),羞耻对求助的负向效应达到最大($\beta = -0.845, t = -7.506, p < 0.001, 95\% \text{ CI} [-1.067, -0.624]$),说明越偏向于运动员的学生,羞耻感对求助意愿的抑制作用最为显著。详细见图 2、图 3。通过有调节的中介部分可以看出,羞耻对韧性和求助的影响存在显著的变化,尤其在身份较高时,羞耻对两者的负向效应显著增强。

5. 结论与讨论

5.1. 大学生运动员羞耻感显著预测求助意愿

本研究结果表明,羞耻感对大学生运动员的求助意愿具有显著的负向预测作用。也就是说,羞耻感越强,个体的求助意愿越低。这一结果契合了以往关于羞耻感的研究结论,羞耻感作为一种消极情绪,会阻碍个体向外界寻求帮助。羞耻感可能使大学生运动员不愿暴露自身的弱点和脆弱,尤其是在体育竞技和学业表现都受到社会较高期望的背景下,他们可能更倾向于独自应对压力,而不是寻求外界的支持和帮助。因此,减少羞耻感的感知或干预羞耻感对于提高他们的求助意愿显得尤为重要。

5.2. 大学生运动员心理韧性在羞耻感与求助意愿之间发挥中介作用

本研究进一步发现,心理韧性在羞耻感与求助意愿之间发挥着部分中介作用。羞耻感通过降低心理韧性,间接影响大学生运动员的求助意愿。心理韧性是一种应对压力、克服逆境的关键能力,而羞耻感的增强削弱了个体的心理韧性,导致他们在面对困难时缺乏足够的内在力量去寻求帮助。这一发现表明,心理韧性作为一个重要的心理变量,其提升有助于缓解羞耻感对求助意愿的抑制作用。因此,在干预大学生运动员的心理状态时,可以考虑通过增强心理韧性来改善其求助行为。

5.3. 身份认同感在羞耻感与心理韧性及羞耻感与求助意愿的关系中发挥调节作用

研究还揭示了身份认同感在羞耻感与心理韧性及求助意愿之间的调节作用。当大学生运动员的身份认同感较高(更倾向于运动员身份)时,羞耻感对心理韧性和求助意愿的负向影响更为显著;而当身份认同感较低(更倾向于学生身份)时,这种负向影响相对较弱。这意味着,身份认同感的高低在某种程度上放大或削弱了羞耻感的影响。因此,在帮助大学生运动员缓解羞耻感、提高求助意愿时,需关注其身份认同的动态变化,并针对不同身份倾向的个体设计差异化的心理干预策略。

参考文献

- 陈君楣,吕勇(2023). 自我同情对大学生拖延行为的影响:经验回避和羞耻的链式中介作用. *心理与行为研究*, 21(1), 109-115.
- 陈欣,黄春花(2023). 心理咨询师信息呈现对大学生在线心理求助意愿的影响. *中国心理卫生杂志*, 37(5), 367-372.
- 高新松,乔添琪,赵梦贤(2024). 我国残疾运动员 24 小时活动行为与心理韧性、主观幸福感的相关性研究. *中国运动医学杂志*.
- 郝志红,梁宝勇(2007). 关于寻求专业性心理帮助的态度问卷的修订. *中国临床心理学杂志*, 15(1), 1-3+9.

- 李元(2017). 高校高水平女子排球运动员角色认同与自我效能、运动动机的关系. 硕士学位论文, 北京: 北京体育大学.
- 钱铭怡, Bernice Andrews, 朱荣春, 王爱民(2000). 大学生羞耻量表的修订. *中国心理卫生杂志*, 14(4), 217-221.
- 秦伟平, 杨东涛(2012). 员工双重身份与工作嵌入的调节性中介效应机制研究. *软科学*, 26(8), 93-97.
- 石坤林(2020). 造成高校运动员学训矛盾的主要因素及对策. *文体用品与科技*, (13), 140-141.
- 陶然成, 龚波, 何志林, 杨学军(2010). 高校高水平运动员学训矛盾研究. *北京体育大学学报*, 33(10), 86-89.
- 王莹(2008). 身份认同与身份建构研究评析. *河南师范大学学报(哲学社会科学版)*, 35(1), 50-53.
- 谢锦(2021). 大学生运动员角色认同对运动投入的影响机制研究. 硕士学位论文, 徐州: 中国矿业大学.
- 张野, 刘致宏, 刘子赫, 赵永耀(2024). 儿童期情感虐待对青少年自伤行为的影响——羞耻感与特质正念的作用. *辽宁师范大学学报(社会科学版)*, (1), 82-89.
- 赵一凡(2021). 大学生运动员角色认同研究. 硕士学位论文, 武汉: 华中科技大学.
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric Analysis and Refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-Item Measure of Resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20, 1019-1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Fischer, E. H., & Farina, A. (1995). Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help: A Shortened Form and Considerations for Research. *Journal of College Student Development*, 36, 368-373.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). Young People's Help-Seeking for Mental Health Problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4, 218-251. <https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218>
- Yukhymenko-Lescroart, M. A. (2014). Students and Athletes? Development of the Academic and Athletic Identity Scale (AAIS). *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3, 89-101. <https://doi.org/10.1037/spy0000009>