

职校生的学业焦虑与其保护因素

——一个链式中介作用模型

陈李娜

上海市商业学校, 上海

收稿日期: 2024年5月29日; 录用日期: 2024年7月12日; 发布日期: 2024年7月19日

摘要

由于升学路径较窄, 中等职业学校学生面临着较大的学业挑战, 可能出现不同程度的学业焦虑。父母对学生学习能力的信任、学生的学习兴趣和学业韧性可能是学业焦虑的保护因素。通过对133名职校生的调查发现, (1) 当学生与父母围绕学习的沟通过少时, 学生表现出了更多的学业焦虑, 感知到更少的父母对自身学习能力的信任; (2) 父母对学生学习能力的信任、学生的学习兴趣和学业韧性均能负向预测其学业焦虑; (3) 父母对学生学习能力的信任通过学习兴趣、学业韧性的链式中介作用预测学生的学业焦虑。为了有效应对学业焦虑, 应保持积极的亲子沟通, 帮助学生养成良好的学习习惯, 培养其积极心理品质, 提高情绪控制能力。

关键词

学业焦虑, 学业韧性, 学习兴趣, 信任, 职校生

Academic Anxiety of Vocational School Students and Its Protective Factors

—A Model of Chain Mediation Effect

Lina Chen

Shanghai Commercial School, Shanghai

Received: May 29th, 2024; accepted: Jul. 12th, 2024; published: Jul. 19th, 2024

Abstract

Because of the relative narrow path to academic development, vocational school students face large academic challenges and academic anxiety. Parents' trust in students' learning ability, stu-

文章引用: 陈李娜(2024). 职校生的学业焦虑与其保护因素. *心理学进展*, 14(7), 379-385.

DOI: 10.12677/ap.2024.147491

dents' learning interest, and their academic resilience may be protective factors for academic anxiety. A study on 133 vocational school students revealed that (1) students who communicated less with their parents about learning exhibited more academic anxiety and perceived less academic trust from their parents; (2) parents' trust in students' learning ability, students' learning interest and academic resilience predicted students' academic anxiety negatively; (3) parents' trust in students' learning ability predicted students' academic anxiety through the chain mediation effect of learning interest and academic resilience. To deal with students' academic anxiety, parents should communicate with their children positively and help them develop good learning habits, cultivate their positive characteristics and improve their capabilities of emotional regulation.

Keywords

Academic Anxiety, Academic Resilience, Learning Interest, Trust, Vocational School Students

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

根据教育部发布的数据, 2023 年, 我国普通高中招生 967.8 万人, 中等职业教育学校招生 454.04 万人。虽然中等职业教育已经成为青少年成长成才的重要路径, 国家也大力鼓励中等职业教育的发展。然而, 由于传统文化的影响, 中国父母依然对学生接受中等职业教育存在较大的担忧和焦虑情况。这导致职校生容易出现学业焦虑情绪, 并影响其学业成就(宋孝楠, 张长英, 2024)。学业焦虑指的是学生对学业任务、学习过程产生的紧张、不安、害怕、恐惧等消极情绪状态(董妍, 俞国良, 2010)。研究显示, 学生的学业焦虑与学习成绩之间存在显著的负向关系(蒙艺等, 2023)。因而, 本研究调查了职校生的学习焦虑情况, 并分析了学生的学习兴趣、学习韧性, 和父母对孩子学习能力的信任是否能缓解其学业焦虑。

影响学生学业焦虑的因素可能是多样的, 本研究特别关注父母对孩子学习能力的信任、学生的学习兴趣、学业韧性三个因素。父母对孩子学习能力的信任指的是父母是否相信孩子能较好地安排自己的学习任务并取得良好学习表现的能力预期(Liu et al., 2023)。根据儿童发展的生物生态理论, 家庭、特别是父母是孩子成长最重要的环境因素(Bronfenbrenner & Morris, 2006)。一方面, 父母的态度和价值观会直接影响到学生的心理与行为表现; 另一方面, 更宏观的社会因素(如经济不确定性、升学压力)会通过父母的桥梁作用影响到学生成长。研究的确显示, 父母是学生学业焦虑的一个重要来源(李甜甜, 顾吉有, 2023)。当父母对孩子的学习能力有更多的积极信念、相信学习上的困难能提供学生成长的机会时, 孩子可能表现出更少的学业焦虑。这种观点同样可以得到期望实现效应或罗森塔尔效应的支持。也就是说, 当父母对孩子有特定的预期时, 这种预期可能影响到亲子交往过程, 最终使得学生表现出父母所预期的行为。综上所述, 本研究提出第一个假设: 父母对孩子学习能力的信任会降低学生的学业焦虑。

虽然父母对孩子成长影响巨大, 但随着学生年龄的增长, 他们的独立性变得更强大, 自身的内部因素可能发挥越来越重要的作用。因而, 本研究同样关注学生自身学习态度可能的影响, 特别是学习兴趣和学习的韧性。学习兴趣是学习投入最重要的内在动机, 是学习质量的决定性因素。当学生有较强的学习兴趣时, 他们更可能参与相应的学习活动, 有更多的学习投入, 遇到挫折或挑战不轻易放弃, 进而提高学

习表现。研究也显示,学习兴趣与学业焦虑存在显著的负向相关,当学习兴趣较高时,往往伴随着更少的学业焦虑(王焯晖等, 2023)。本研究提出第二个假设:学习兴趣能够降低学生的学业焦虑。

没有人会一直一帆风顺,挫折总是伴随着人的成长。面临学习中的困难和挫折,不同的学生可能有不同的反应,其中的一个重要差异就是学业韧性。学业韧性指的是学生有效处理学习困难和压力,并从不好的学习状态中恢复的能力(殷铭泽, 郭成, 2016)。学业韧性的概念来自于心理韧性,被认为是一种重要的积极心理品质,学业韧性越强,越有可能正确面对学业失败,持续进行学业投入,并且促进学业成绩的提高(何俊萍, 2020; 刘秋霞等, 2023; 蒋虹, 吕厚超, 2017)。可以看出,当学生有较强的学业韧性时,更可能迅速从学习挫折中恢复,重新进入良好的学习状态,而这正是缓解学业焦虑的有效途径或保护性因素。因而,本研究提出第三个假设:学业韧性能够降低学生的学业焦虑。

根据儿童发展的生物生态理论(Bronfenbrenner & Morris, 2006),父母对学生学习能力的信任会影响到学生自身的态度和行为。也有研究显示,当父母对学生有较高的信任水平时,他们对失败和个体成长会有更积极的态度,不惧怕挫折,相信通过努力可以取得未来的成功(Liu et al., 2023)。另有研究显示,当学生有较强的兴趣时,他们往往表现出更高的学习自我效能感,即相信自身能够处理好学习问题,进而有更少的学习倦怠(陈雅娟等, 2023)。总体而言,学生的内部动机(如学习兴趣)与其学业韧性有显著正相关(赵竞, 陈世盛, 2018)。综上,本研究进而提出图 1 所示的链式中介作用模型。

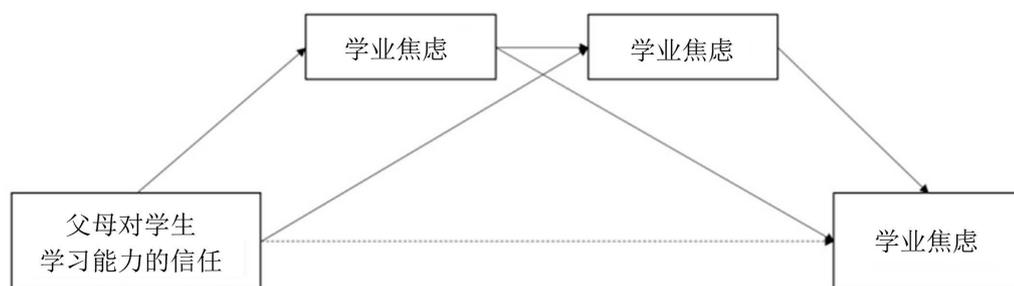


Figure 1. A chain mediation effect model of the effect of parents' trust on students' academic anxiety
图 1. 父母信任影响学生学业焦虑的链式中介作用模型

2. 研究方法

2.1. 研究对象

对上海市某中等职业学校的 148 名学生进行了调查,排除掉未正确填写问卷的学生后,共获得有效数据 133 个,数据回收率 90%。参与调查的 133 名学生中,男生 55 人、女生 78 人;129 人与父母生活在一起,4 人与祖父母或其他监护人生活在一起;有 58 人报告每天与父母讨论学习情况,50 人每周与父母讨论学习情况,25 人每月与父母讨论学习情况;有 38 人认为自己没有其他人生活的好,95 人认为自己与其他人的生活条件差不多。

2.2. 研究工具

学业焦虑。采用周步成修订的《心理健康诊断测验量表》的学习焦虑分量表进行测量(引自段泽伟, 2021)。该量表包含 15 道题目,采用“是”或“否”的二级评分,选择“是”得 1 分,选择“否”得 0 分,以题目总分代表学业焦虑水平,取分范围为 0 至 15 分,得分越高学业焦虑越严重。例如,“你夜里睡觉时,是否想着明天的功课?”“你是否一听说‘要考试’心里就紧张?”本次调查中,15 道题目的内部一致性系数为 0.76,信度良好。

父母对孩子学习能力的信任。采用 Liu 等(2023)开发的父母对学生学业信任量表进行测量。该量表包含 5 道题目, 如“父母觉得我有悟性”、“父母相信, 如果我愿意学, 就一定能学好”、“父母相信我有能力取得好成绩”、“父母觉得我有学习潜力”、“父母相信我能管理好自己的学习”。采用 1 至 7 级评分, 1 代表“非常不同意”, 7 代表“非常同意”, 平均分越高代表父母越信任孩子的学习能力。本次调查中, 5 道题目的内部一致性系数为 0.89, 信度良好。

学习兴趣。采用 3 道题目测量学习兴趣, 分别为“我觉得学习很快乐”、“我觉得现在的知识对将来很有用”、“我对学习充满兴趣”, 1 至 7 级评分, 1 代表“非常不同意”, 7 代表“非常同意”, 平均分越高代表学习兴趣越强。本次调查中, 3 道题目的内部一致性系数为 0.81, 信度良好。

学业韧性。采用 Martin (2013)开发的学业韧性量表进行测量。该量表包含 6 道题目, 如“我相信考试时我心里很坚强”、“我不会让学习压力压倒我”、“我擅长从成绩差中振作起来”、“我认为我擅长处理学习压力”、“我不会让一次成绩差影响我的信心”、“我擅长处理学习中的挫折”。采用 1 至 7 级评分, 1 代表“非常不同意”, 7 代表“非常同意”, 平均分越高代表学业韧性越强。本次调查中, 6 道题目的内部一致性系数为 0.90, 信度良好。

3. 结果分析

3.1. 描述性与相关分析

变量的整体性描述性统计结果和相关分析结果见表 1。可以看出, 学生的学业焦虑与父母对学生学习能力的信任、学生的学习兴趣、学生的学业韧性均显著负相关, 父母对学生学习能力的信任、学生的学习兴趣和学业韧性间两两正相关。

Table 1. The descriptive and correlational analyses of variables

表 1. 变量的描述性统计结果与相关分析

变量	$M \pm SD$	1	2	3	4
学业焦虑	7.27 ± 3.27	1.00			
学习能力信任	6.11 ± 1.07	-0.23**	1.00		
学习兴趣	6.14 ± 1.06	-0.23**	0.52***	1.00	
学业韧性	6.01 ± 1.09	-0.38***	0.37***	0.63***	1.00

注: **表示 $p < 0.01$; ***表示 $p < 0.001$ 。

3.2. 变量的差异检验

接着分析了不同学生在四个变量上的差异(表 2)。如表 2 所示, 学生的学业焦虑与感受到的父母对其学习能力的信任受到与父母讨论学习频率的影响。进一步的检验显示, 对于学业焦虑而言, 每月与父母讨论数次学习的学生表现出了更多的学业焦虑, 要显著高于与父母每天或每周讨论学习的学生($ps < 0.05$); 父母对学生学习能力的信任则正好相反, 与父母每月讨论学习的学生感受到的学习能力信任要显著低于另两类学生($ps < 0.05$); 在这两个变量上, 每天或每周与父母讨论学习的学生未表现出显著差异($ps > 0.05$)。虽然与父母讨论学习的频率对学习兴趣和学业韧性的影响未达显著水平, 但与父母每月讨论学习的学生实际上也表现出了更低的学习兴趣和学业韧性。根据这一结果, 对于建立学生对学习的积极态度与学习品质而言, 父母对学生学习的关心与围绕学习展开的亲子沟通是一个重要的促进因素, 父母至少每周应与学生就学习情况进行积极的、建设性的沟通交流。

Table 2. Individual differences of students' responses in different variables**表 2.** 学生在不同变量上的个体差异

		N	学业焦虑 ($M \pm SD$)	父母学习能力信任 ($M \pm SD$)	学习兴趣 ($M \pm SD$)	学业韧性 ($M \pm SD$)
性别	男生	55	7.07 ± 3.34	6.15 ± 1.17	6.15 ± 1.18	6.10 ± 1.11
	女生	78	7.41 ± 3.24	6.09 ± 1.00	6.14 ± 0.97	5.95 ± 1.08
	F		0.34	0.08	0.002	0.72
学习讨论频率	每天讨论	58	7.21 ± 3.42	6.37 ± 1.01	6.20 ± 1.19	6.13 ± 1.23
	每周讨论	50	6.54 ± 3.10	6.12 ± 0.96	6.25 ± 0.92	6.03 ± 1.00
	每月讨论	25	8.88 ± 2.76	5.53 ± 1.22	5.80 ± 0.94	5.71 ± 0.90
	F		4.51*	5.76**	1.64	1.33
生活条件	没有别人好	38	6.61 ± 3.07	6.17 ± 1.22	6.17 ± 1.23	6.14 ± 1.06
	和别人差不多	95	7.54 ± 3.33	6.09 ± 1.01	6.13 ± 0.98	5.96 ± 1.11
	F		2.22	0.16	0.03	0.68

注: **表示 $p < 0.01$; ***表示 $p < 0.001$ 。

3.3. 变量间的关系检验

首先通过回归分析检验学习兴趣、学业韧性、父母对学生学习能力的信任对学业焦虑的直接预测效力。结果发现, 父母对学生学习能力的信任($\beta = -0.23, p < 0.01$)、学生的学习兴趣($\beta = -0.23, p < 0.01$)、学生的学业韧性($\beta = -0.38, p < 0.001$)均能负向预测其学业焦虑。也就是说, 这三个变量的确能降低在校生的学业焦虑。

使用 Hayes (2013)开发的 SPSS 宏程序中的模型 6 检验图 1 所示的链式中介模型。研究显示, 当加入学习兴趣 and 学业韧性两个中介变量后, 父母对学生学习能力信任的预测作用由($\beta = -0.23, p < 0.01, 95\% CI = [-0.68, -0.04]$)降低为($\beta = 0.05, p = 0.80, 95\% CI = [-0.35, 0.46]$)。父母对学生学习能力的信任能显著预测学习兴趣($\beta = 0.52, p < 0.001, 95\% CI = [0.42, 0.61]$)、学业韧性($\beta = 0.31, p < 0.001, 95\% CI = [0.21, 0.41]$)。学习兴趣能显著预测学业韧性($\beta = 0.46, p < 0.001, 95\% CI = [0.36, 0.57]$)。学业韧性能显著预测学业焦虑($\beta = -0.80, p < 0.001, 95\% CI = [-1.21, -0.38]$), 此时学习兴趣不能预测学业焦虑($\beta = 0.09, p = 0.70, 95\% CI = [-0.35, 0.53]$)。各中介路径的预测效力见表 3, 可以看出, 父母对学生学习能力的信任通过学业韧性的中介作用影响学生的学业焦虑(路径 2), 也可以通过学习兴趣、学业韧性的链式中介作用影响学业焦虑(路径 3)。

Table 3. The results of mediation effect analysis**表 3.** 中介效应检验结果

路径	β	SE	95% CI
1. 学习能力信任 - 学习兴趣 - 学业焦虑	0.04	0.12	[-0.16, 0.32]
2. 学习能力信任 - 学业韧性 - 学业焦虑	-0.25	0.09	[-0.45, -0.11]
3. 学习能力信任 - 学习兴趣 - 学业韧性 - 学业焦虑	-0.19	0.07	[-0.35, -0.09]

4. 讨论

研究结果显示, 第一, 学生与父母讨论学习的频率能显著预测其学业焦虑和感知到的学习能力信任;

第二, 父母对学生学习能力的信任、学生的学习兴趣和学生的学业韧性均能负向预测其学业焦虑; 第三, 父母对学生学习能力的信任可以通过学业韧性的中介作用、学习兴趣和学业韧性的链式中介作用预测学生的学业焦虑。

研究发现, 父母对学生学习能力的信任对缓解学生的学业焦虑有积极作用, 这一结果与前人研究相一致(李甜甜, 顾吉有, 2023; Liu et al., 2023)。本研究同时发现, 学生与父母讨论学习的频率能显著预测其学业焦虑和感知到的学习能力信任。由于信任是亲子关系的重要体现, 而信任来源于对他人能力、诚意、善心的积极预测(Weiss et al., 2021)。父母应该主动了解学生的学习情况, 与学生进行积极的、建设性的亲子沟通。特别是在对待学生的学业挫折时, 应该持有一种积极的态度和成长型思维(Haimovitz & Dweck, 2017; Liu et al., 2023), 帮助学生建立学业自我效能感, 找到有效的学习策略或问题解决方法。

本研究还发现职校生自我特质(即学习兴趣、学业韧性)对缓解其学业焦虑的积极作用。一方面, 学习兴趣和学业韧性能直接预测其学业焦虑; 另一方面, 二者在父母对学生学习能力的信任和学业焦虑间起链式中介作用。这一结果与以往研究相一致(陈雅娟等, 2023; 刘秋霞等, 2023; 王烨晖等, 2023), 同时符合生物生态理论(Bronfenbrenner & Morris, 2006)的假设。当父母对儿童有较高水平的学业信任时, 学生会对学习有更多的兴趣, 面临挑战时更不容易放弃。Liu 等(2023)提出, 亲子交往间存在着父母对子女能力的认知向儿童自我效能感的转化过程。也就是说, 当父母相信子女的能力时, 儿童也会发展出较高的自我效能感。本研究的发现与此一致。据此, 父母应对子女的学业能力有更多的积极信念, 帮助学生养成良好的学习习惯, 培养积极品质。学生的学业表现受到智力因素和非智力因素的共同影响(林崇德, 2006), 后者即包括学习兴趣、意志力、学业韧性等。同时, 由于焦虑等情绪往往由具体的事件或情景激发, 长时间面对压力事件会迅速损耗个体的自我调控资源, 学生应积极习得情绪调控策略, 并适时地需求父母和专业人士的帮助。

虽然本研究有以上发现和意义, 但有以下不足需要后续研究进一步探讨。第一, 本研究发现时基于对职校生的调查数据而得出, 横断数据无法检验并确定变量间的因果关系。因而, 虽然本研究发现父母对学生学习能力的信任通过学习兴趣、学业韧性影响学业焦虑, 但也可能存在相反路径的可能。例如, 学生的学业焦虑导致其较差的学业表现, 进而使得父母有更低的学习能力信任。未来研究可以基于追踪数据和实验研究的方式进一步探讨。第二, 本研究的取样代表性可能不足。不同于普通高中, 中等职业学校的类别较多, 学生在专业、升学路径(如中高贯通、中本贯通)等方面差异较大, 不同地区的学校差异也较大, 未来研究可进一步分析可能的群体差异。

5. 结论

对 133 名职校生的调查显示, 父母对学生学习能力的信任、学生的学习兴趣和学生的学业韧性均能负向预测其学业焦虑; 父母对学生学习能力的信任可以通过学业韧性的中介作用、学习兴趣和学业韧性的链式中介作用预测学生的学业焦虑。基于该发现, 父母应与儿童有更积极的学业沟通, 注重培养学生非智力因素的培养, 包括学习兴趣和学业韧性等。未来研究可通过追踪研究、实验研究等范式进一步检验该发现, 并比较不同职校生中可能存在的群体差异。

参考文献

- 陈雅娟, 赵洪坤, 张蕾(2023). 学习目标对大学生学习倦怠的影响: 学习兴趣与学习自我效能感的链式中介作用. *高教学刊*, 9(1), 62-65+69.
- 董妍, 俞国良(2010). 青少年学业情绪对学业成就的影响. *心理科学*, 33(4), 934-937, 945.
- 段泽伟(2021). *中学生学习焦虑与学习适应的关系: 情绪表达的调节作用*. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 何俊萍(2020). 正念与心理弹性影响下职校生学习投入的实证调查. *南方职业教育学刊*, 10(5), 103-109.

- 蒋虹, 吕厚超(2017). 青少年未来时间洞察力与学业成绩的关系: 坚韧性的中介作用. *心理发展与教育*, 33(3), 321-327.
- 李甜甜, 顾吉有(2023). 父母心理控制与儿童学业焦虑的关系: 未来取向和父母学业参与的作用. *心理与行为研究*, 21(3), 359-366.
- 林崇德(2006). 智力的培养及其干预实验. *北京师范大学学报(社会科学版)*, (1), 41-47.
- 刘秋霞, 张文娟, 张玉珠(2023). 初中生未来取向与学习投入的关系: 积极学业情绪与心理韧性的链式中介作用. *心理月刊*, 18(10), 72-74+80.
- 蒙艺, 马欢欢, 施曲海(2023). 学业焦虑与学习成绩关系的元分析: 基于中国中学生研究数据. *复旦教育论坛*, 21(4), 18-28.
- 宋孝楠, 张长英(2024). 同伴关系对职校生学业成就的影响: 学业情绪调节的中介作用. *心理学进展*, 14(5), 160-166.
- 王烨晖, 张亦梅, 杜长宏(2023). 数学自我效能感对小学生数学学业表现的影响: 数学焦虑和数学学习兴趣的中介作用. *教育测量与评价*, (5), 92-101.
- 殷铭泽, 郭成(2016). 学业韧性研究综述. *心理技术与应用*, 4(1), 53-59.
- 赵竞, 陈世盛(2018). 大学生压力与内部学习动机: 心理韧性的中介作用. *中北大学学报(社会科学版)*, 34(3), 105-109.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The Bioecological Model of Human Development. In W. Damon, & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology* (6th ed., vol. 1, pp. 793-828). John Wiley & Sons, Inc.
- Haimovitz, K., & Dweck, C. S. (2017). What Predicts Children's Fixed and Growth Intelligence Mind-Sets? Not Their Parents' Views of Intelligence but Their Parents' Views of Failure. *Psychological Science*, 27, 859-869. <https://doi.org/10.1177/09567976166639727>
- Hayes, A. F. (2013). Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach. *Journal of Educational Measurement*, 51, 335-337. <https://doi.org/10.1111/jedm.12050>
- Liu, G., Su, Q., & Han, Y. (2023). The Power of Trust: How Does Parents' Failure Mindset Affect Children's Intelligence Mindset? *Personality and Individual Differences*, 206, Article ID: 112139. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112139>
- Martin, A. J. (2013). Academic Buoyancy and Academic Resilience: Exploring "Everyday" and "Classic" Resilience in the Face of Academic Adversity. *School Psychology International*, 34, 488-500. <https://doi.org/10.1177/0143034312472759>
- Weiss, A., Michels, C., Burgmer, P., Mussweiler, T., Ockenfels, A., & Hofmann, W. (2021). Trust in Everyday Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121, 95-114. <https://doi.org/10.1037/pspi0000334>