

大学生学习态度和自卑心理的关系研究

唐梓峰

福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2025年2月10日; 录用日期: 2025年3月3日; 发布日期: 2025年3月17日

摘要

本研究通过问卷法对340名大学生的自卑心理与学习态度进行调查分析。结果显示, 大学生自卑心理在性别、年级、文理科、经济状况等方面存在显著差异, 学习态度在性别、年级、文理科、独生子女、经济状况等方面差异显著。自卑心理与学习态度呈显著正相关($r = 0.56, p < 0.01$), 其中自我否定担忧心理对学习态度有显著预测作用。研究结论表明, 大学生自卑心理越强, 学习态度越积极。这一发现为理解大学生心理特征、改善学习环境及开展心理辅导提供了理论依据。

关键词

大学生自卑心理, 大学生学习态度, 关系研究

Research on the Relationship between College Students' Learning Attitude and Their Inferiority Complex

Zifeng Tang

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Feb. 10th, 2025; accepted: Mar. 3rd, 2025; published: Mar. 17th, 2025

Abstract

This study investigated and analyzed the low self-esteem and learning attitudes of 340 college students using a questionnaire. The results showed that there were significant differences in college students' inferiority complex in terms of gender, grade, arts and sciences, and economic status, and significant differences in their attitudes toward learning in terms of gender, grade, arts and sciences, being an only child, and economic status. There was a significant positive correlation between low self-esteem and learning attitude ($r = 0.56, p < 0.01$), in which self-denial and worrying tendencies

had a significant predictive effect on learning attitude. The findings suggest that the stronger college students' inferiority complex, the more positive their attitudes toward learning. This finding provides a theoretical basis for understanding the psychological characteristics of college students, for improving the learning environment, and for conducting psychological counseling.

Keywords

Inferiority Complex among College Students, College Students' Learning Attitudes, Relational Studies

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. 引言

大学学习在传承文化、培养国家人才上起到了重要作用，并且大学时期的学习对于大学生未来的发展也起到了关键作用。这就要求大学生具有一个良好的学习态度。经过实证研究的深入剖析，我们发现大学生的学习态度与其学业成绩之间存在着密切的关联。研究结果表明，一个积极且良好的学习态度能够显著地提升学生的学习成绩(张志红，耿兰芳，2009)。在审视大学生的学习行为时，我们发现其整体学习状况并不尽如人意。具体而言，主要问题在于他们往往难以保持高度专注的学习状态，难以全身心地投入到知识的海洋中。这种学习态度的缺失，不仅影响了他们的学习效果，也阻碍了其个人成长与学术成就的进一步提升(崔文琴，2012)，并且存在中等程度的学习倦怠(许加明，2024)。而这将会影响他们在学业上的成就和未来的发展。近年来，无论是国内还是国外，对大学生学习态度的研究关注度都逐渐减少。因此有必要对大学生学习态度进行研究。

在众多心理健康问题中，自卑心理因其普遍性而备受瞩目。研究发现，在大学生的所有心理问题中，自卑心理占据首位，达到 22.07%(吴霞，赵晋湘，邓庆华等，2021)。大学生存在自卑心理，这种心理会影响他们在社会交往、学习、爱情、技能等方面的发展(蒙家宏，2006)。从这个角度看，自卑心理会让学生对自己产生怀疑和否定的态度，从而会减弱学习态度。自卑感虽然常被视为负面情感，但它同样具备潜在的积极力量。它催生对卓越成就的渴望，激发热情，推动成功，促进人格全面发展与完善(阿德勒，1986)。这种对成功的渴望与学习态度密切相关(李美君，2015)。从这个角度看，自卑感对学习态度也会有一定的积极作用，通过搜索 CNKI 的文献来看，国内学者更倾向于关注自卑心理对于儿童、初中生等群体，对大学生的研究较少，因此研究大学生自卑心理及其学习态度之间的关系具有重要的意义。

2. 研究现状

2.1. 自卑心理的研究现状

2.1.1. 国外自卑心理的研究现状

在国外，阿德勒(Alfred Adler)最先对自卑心理(inferiority feelings)的开始关注，他始终坚信，自卑感是驱使个体行为的原初力量，亦是激发向上意志的核心动力源泉。从他的视角来看，人生并非生来便完美无缺。缺陷的存在，无论是身体的还是其他方面的，常常会引发个体的自卑情感。这种自卑心理一旦滋生，如若不加以妥善处理，极有可能会对人的心理健康造成严重冲击。它既可能导致个体自我否定与自暴自弃，诱发精神疾病，但也能激励其奋发向前，调和缺陷与追求卓越的矛盾(阿德勒，1986)。埃里克

森(Erikson)提出的著名“心理社会同一性理论”深入剖析了个体从婴儿期至成人晚期的心理发展轨迹。这一理论将人的正常成长过程精细划分为八个关键阶段,每个阶段都承载着特定的心理社会发展任务和挑战,从而构成了个体一生心理成长的完整框架。在学龄期(6~12岁)这一阶段,儿童若能成功完成学校的学习课程,他们将获得勤奋感。相反,如果情况并非如此,儿童可能会陷入自卑的情绪中。埃里克森指出,儿童的能力并不会因自卑感而削弱。在完成任务的过程中,关键不在于情感的波动,而在于自由操作所积累的熟练技能与智慧的运用(林崇德, 2009)。在后期的研究中,对自卑感的探讨逐渐呈现出一个显著趋势,即将其视为自尊问题的一个关键组成部分进行深入探究和分析。这种趋势把自卑感界定为低水平的自尊。持这种观点主要有威廉·詹姆斯(William James),沙利文(H. S. Sullivan),罗森堡(Rosenberg)和库柏史密斯(Coopersmith)等人(黄雅静, 2003)。

2.1.2. 国内自卑心理的研究现状

在国内,很多学者在前人研究的基础上,黄曼娜认为,自卑感是一种复杂且深沉的情感体验,表现为个体自觉低人一等,伴随着惭愧、羞怯、畏缩甚至灰心的情绪状态。这种情感体验不仅揭示了人们在自我评价过程中的一种重要倾向,同时也是个体内心世界的一种深刻反映(黄曼娜, 1999)。韩丕国指出,自卑心理源于自我评价的不当倾向,导致消极心理体验。这种倾向需引起重视(韩丕国, 2014)。韩艳认为自卑即自我贬抑,自己看不起自己,经常表现为遇事畏畏缩缩,不敢面对(韩艳, 2013)。孙温平认为自卑心理源于个体意识到自身不足,表现为低自我评价、轻视自我价值及担忧失去他人尊重(孙温平, 2010)。林传鼎等学者认为,自卑情绪源于个体与他人比较时过低评价自身引发的负面心理体验(林传鼎, 2009)。经过综合考察,虽然关于自卑心理的表述并未形成完全一致的定义,但多数研究学者在深入探索后普遍认同自卑心理是对自我的评价过低的一种消极情绪体验。

部分学者关注大学生自卑心理的特点和表现。姜俊认为大学生的自卑感现状主要表现为自我封闭、自暴自弃、萎靡不振、高傲自大四个方面(姜俊, 2017)。秦剑博等人认为自卑心理常常表现为胆怯、狂躁不安、情绪压抑、易于妒忌他人以及频繁地自我否定等消极的心理防御机制。这种持续心理状态对大学生心理健康有严重负面影响,需关注和干预,否则将阻碍其成长发展(秦剑博, 袁爱华, 2019)。李艳欢认为,大学生自卑的表现可以从内在与外在两个方面进行深入剖析。从内在层面来看,自卑的大学生往往性格偏于内向,情感上多愁善感,言语表达上倾向于沉默寡言,人际交往中则显得孤僻冷漠,常常倾向于自我封闭,难以敞开心扉;在外部表现方面,个体的特征主要呈现为缺乏自信,表现为犹豫不决和迟缓退缩的倾向。他们往往更倾向于采取防御性的行为策略,尤其在公共场合中显得较为拘谨和保守。他们虽具自我表现能力,但多数情境下更倾向低调,避免张扬(李艳欢, 2019)。

一些研究关注造成大学生自卑心理的原因以及如何调节的方法。冀云等人的研究发现,自卑感可能与早期的创伤经历有关(冀云, 赵斌, 马艳杰, 2015)。李艳欢从四方面分析大学生自卑心理成因,并提出相应调节策略,包括个体、家庭、学校和社会调节(李艳欢, 2019)。黄倩认为引导大学生消除自卑心理,家庭成员应挖掘学生潜能,尊重其选择,避免强制逼迫。学校应尊重学生兴趣选择,培养学生的专业自信,减小甚至消除专业间的偏见;同时,开展丰富的第二课堂,让学生在实践中提升综合素质;此外,通过建立心理咨询点,引导学生建立健康心理。对学生而言,应建立正确的自我认知,整理优缺点,学习他人长处,提升社交能力,激励自身不断进步(黄倩, 潘晓阳, 陈练, 2018)。王黎华经过研究发现,在自卑得分这一维度上,男生与女生之间并未呈现出显著的差异。相较于民主型教养方式,专制型和放任型教养方式下的学生自卑感平均得分显著更高。此外,与民主型教养方式相比,放任型教养方式培养出的学生在社会比较倾向上表现出更明显的倾向。在探讨学习成绩与自卑感之间的关系时,我们发现成绩处于中等水平的学生群体在自卑感方面的平均得分明显高于成绩优异和成绩良好的学生。对比分析显示,

成绩良好学生的自卑感平均得分显著高于优秀学生(王黎华, 2021)。黄倩等人发现自卑心理在性别上有显著差异, 但文理科学院间自卑程度无显著差异(黄倩, 潘晓阳, 陈练, 2018)。在性别上有无差异, 各学者观点不一, 因此需要重新进行考证。

国内用于测量自卑心理的工具主要有自卑感量表(The Feelings of Inadequacy Scale, 简称 FIS), 是由 Fleming 和 Courtney 修订的(Fleming & Courtney, 1984)。一共 36 个题目。在评分方式上, 采用了五点量表法, 即每道题目都有五个选项供被试者选择。根据被试者的回答, 可以得出一个总分, 这个分数的高低直接反映了被试者的自卑感强度。分数越高, 意味着被试者的自卑感越强烈。此外还有国内学者李阳所编制的大学生自卑心理量表, 共 18 题, 该量表有两个核心的心理维度: 一是自我否定与担忧的情绪状态, 二是自我无奈与懊恼的心理体验。这两个维度为我们提供了一个深入理解学生在日常生活中可能产生的心理状态的重要途径。此量表有助于我们探索那些感受到自己不如他人的学生们所经历的无奈和懊恼, 以及他们对自我能力的否定和未来的担忧, 采用五点计分(李阳, 2008)。

2.2. 学习态度的研究现状

2.2.1. 态度的概念界定

Leonard 等人认为态度表现为对心理对象的积极—消极、肯定—否定和好—坏等方面的评价和反应(Leonard & Cronan, 2001)。他们的观点为态度的核心因素是评价。另一些人认为态度是对“评价或情绪内容形成的特定的知识”(Kruglanski, 1989)。他们认为, 态度是由三个核心要素共同构成的, 分别是情感(Affective)成分、行为倾向性(Behavioral Tendency)以及认知(Cognitive)因素。这三个方面在态度的形成和表达中发挥着不可或缺的作用, 共同构成了个体对某一对象或情境的总体评价和反应倾向。认知因素关注对事物的看法和知识; 情感因素涉及对事物的喜好和评价; 行为倾向性基于前两者影响行为选择。

我国学者时蓉华也认为态度由情感、认知和意向构成, 是调节外部刺激与个人行为的内部中介系统(时蓉华, 1998)。认知是指个体对某一对象进行认识、深入理解和全面评价的心理过程, 这一过程涵盖了对对象特性的把握、内在思想的剖析以及所持有的信念体系。通过这样的认知过程, 个体能够形成对态度对象全面而深入的认识, 进而指导其后续的行为和决策。情感体验是心理活动的关键部分, 反映个体对事物的态度, 包括敬佩、鄙夷、喜欢等多种积极或消极形式。行为倾向是个体行为的准备状态。这三个态度因素之间关系密不可分。认知因素是基础。在人的情感与认知交互作用中, 一旦情感体验产生, 它便会反过来对认知过程进行调节。这种调节现象在日常生活中尤为常见, 比如常说的“情人眼里出西施”, 便是情感体验对认知产生影响的典型表现。因此, 在情感与认知的相互关系中, 情感的体验起更重要的作用。当认知与情感体验进一步外化为具体行为时, 它们共同产生了一种潜在的行为倾向, 这种倾向不仅塑造了行为的特征, 更在很大程度上决定了行为发生的方向和轨迹。

2.2.2. 学习态度的概念界定

Brown 等认为学习态度是学习者对学习过程中涉及积极与消极的内在评价(Brown, 1988)。在这一层面上, 主要聚焦于学生对学习的认识与评价。这涉及他们对学习重要性的认识、价值理解, 以及对学习过程和结果的看法与评价。李梦丽和刘革等人学习态度是个体对学习活动的稳定、评价性感受和心理倾向, 是影响学习行为的重要非智力因素(李梦丽, 杨海波, 白学军, 2009; 刘革等, 2015)。

2.2.3. 我国大学生学习态度的研究现状

从 CNKI 年度发文量中发现对于大学生学习态度的研究前期比较缺乏, 直到 2004 年到 2020 年关于大学生学习态度的研究得到了快速的发展。虽然大学生学习态度研究曾呈现出一种类似波浪的起伏趋势,

但自 2020 年起,其发文量却显著锐减。发文量的减少,在一定程度上折射出该研究领域的力量正在逐渐减弱。而对于大学生学习态度的研究主要体现在大学生学习态度产生的影响、影响大学生学习态度的因素、对策研究以及各种人口学变量差异等方面。在大学生学习态度会产生的影响方面,张慧艳观察到学习者的学习态度对同伴支架的形成与效果起到了显著的影响作用。她指出,学习态度不同维度对同伴之间的影响具有差异化特征(张慧艳, 2024)。丁聪颖发现大学生学习态度、学业自我效能感和学习投入两两之间正相关显著(丁聪颖, 2023)。麻嘉才发现大学生体育锻炼的坚持程度可显著受学习态度正向影响(麻嘉才, 2023)。陈本韦认为学习态度受学生理论基础、学习观念、学风纪风、教师水平等因素影响,教学管理质量和班级人数也有一定影响(陈本韦, 2023)。张龙认为教师支持的三种方式对大学生学习态度均有正向影响,尤以能力支持最显著(张龙, 2023)。杜恬恬认为从学习兴趣、教学方法和学习内容几个方面来增强大学生学习态度(杜恬恬, 2022)。张冠华则从思想目标、学习环境、学习方法和老师教育四个方面加强大学生学习态度(张冠华, 2019)。在人口学变量差异方面中,张星光等人发现学习态度与性别、学历之间没有关系(张星光等人, 2024)。

3. 问题提出及研究假设

3.1. 问题提出

以往研究表明,自卑心理会让学生对自己产生怀疑和否定的态度,从而会减弱对学习的兴趣。虽然自卑感在个体心理中可能表现为一种消极情绪,但它同样具有积极的推动作用。自卑感能够催生对卓越境界的深切向往,进而激发个体追求力量、力争上游的强烈意愿。这种内在动力不仅促使人们不断向成功迈进,而且在人格成长与发展过程中发挥着至关重要的角色。这种对成功的渴望与学习态度密切相关。

虽然上述结论在一定程度上基于经验推测,但尚未经过系统的调查或科学验证,这导致了其可靠性和有效性尚待进一步证实。特别是在大学生学习态度这一研究领域。因此,对于大学生的自卑心理与学习态度之间关系的深入研究,不仅能够弥补国内在此领域研究的空白,同时也为后续探索大学生自卑感及其对学习态度的影响提供宝贵的原始资料和有益的参考。这样的研究不仅有助于深化我们对大学生心理特征的理解,更能为改善大学生的学习环境、提升他们的学习质量提供科学依据。

3.2. 研究假设

自卑感对个体是一种重要的自我体验,会对个体的生活方方面面造成影响,结合阿德勒的理论,得出自卑感是追求卓越的原始动力。所以本研究认为大学生自卑心理与大学生的学习态度相关,并且推测较低的自卑心理能促进大学生的积极的学习态度,而较高的自卑心理会降低大学生积极的学习态度。

4. 研究意义

4.1. 理论意义

本研究整合了大学生学习态度和自卑心理的研究,通过问卷法对在校大学生发放问卷,对大学生学习态度及其自卑心理关系进行分析研究。丰富了关于大学生学习态度这一研究领域的研究成果,为后续研究提供理论依据。自卑心理作为一种普遍存在的心理现象,它不仅反映了个体在自我认知和自我评价中的复杂心理过程,还可能对个体的行为模式和心理发展产生深远影响。然而,当前关于大学生自卑心理的研究仍相对不足,尤其是在其与学习态度的关系方面,缺乏系统的理论探讨。通过本研究,我们试图从心理学和教育学的交叉视角,深入剖析自卑心理与学习态度之间的内在联系,为理解大学生心理特

征提供新的理论视角。这种理论探讨不仅有助于完善大学生心理健康与学习行为的理论框架，还能后续研究提供更具针对性的理论支持，推动相关领域的研究向更深入的方向发展。

4.2. 实践意义

大学期间的学习对于毕业、就业和身心发展等方面具有重要作用。加强对大学生学习态度的深入研究，对于高校和教师实施科学有效的管理策略具有显著意义。这种研究不仅有助于高校和教师更精确地把握学生的学习需求，制定针对性的教学策略，从而提高大学生的学习效果和学业成就，更能有效推动高等教育人才培养质量的全面提升。大学生的自卑心理对其正常的学习、生活以及工作产生了显著的负面影响，同时也在一定程度上损害了他们的人际交往和心理健康。因此，深入研究和关注大学生的自卑心理问题，对于推动他们的心理健康发展具有不可忽视的实践意义。这样的探讨不仅有助于我们更好地理解大学生的心理状态，还能为制定有效的干预措施提供理论依据，从而有助于大学生更好地应对自卑心理带来的挑战，实现全面发展。因此，探究大学生学习态度及其自卑心理的关系，能帮助学习态度较差者寻找原因提供方向，使他们建立积极的学习态度，充实地度过大学时光，也为相关的心理辅导提供治疗方向。

5. 研究方法

5.1. 研究对象

对湖南省衡阳师范学院 340 名大学生发放问卷并进行调查，抽样方法采取整群抽样。问卷的有效率有 97.94%。

5.2. 研究工具

5.2.1. 大学生自卑感问卷

本问卷由国内学者李阳所编制，涵盖了两个核心维度：自我否定担忧心理和自我无奈懊恼心理(李阳, 2008)。这份问卷旨在深入剖析学生在日常生活中可能出现的心理状态，特别是那种自觉不如他人的无奈懊恼情绪和对于自身能力的否定担忧情绪，问卷按照“完全不符合”到“完全符合”的五点计分，总计 18 个题目。采用克隆巴赫 α 系数来检验问卷的信度。信度检验结果见表 1。结果说明该问卷具有较好的信度。对所得数据进行描述统计，可以得出表 1。

Table 1. Reliability test of the inferiority psychology questionnaire among college students

表 1. 大学生自卑心理问卷的信度检验

	α 系数
大学生自卑心理问卷	0.93
自我否定担忧心理	0.89
自我无奈懊恼心理	0.85

5.2.2. 大学生学习态度量表

本问卷由徐波玲编制。该问卷的五个维度为持续投入、求知欲、上课情绪、学习主动性和对学习意义的认知(徐波玲, 2014)。此问卷使用的是 5 点计分法，共 26 题，得分越高代表被试对学习态度越好。对所得数据进行描述统计，可以得出表 2。通过表 2 可知，问卷的克隆巴赫 α 系数较高，表明问卷拥有比较好的信度。

Table 2. Reliability tests of the questionnaire on learning attitudes of college students
表 2. 大学生学习态度问卷的信度检验

	持续投入	求知欲	上课情绪	主动性	意义认识	学习态度总分
α 系数	0.84	0.74	0.72	0.71	0.64	0.88

6. 研究结果

6.1. 大学生自卑心理和学习态度的描述统计

Table 3. Descriptive statistics
表 3. 描述统计

	人数	最小值	最大值	均值	标准偏差
自卑总均分	333	1.00	4.88	2.21	0.90
自我否定担忧心理均分	333	1.00	5.00	2.20	0.96
自我无奈懊恼心理均分	333	1.00	4.78	2.22	0.88
学习态度总均分	333	1.46	4.50	2.29	0.89
持续投入均分	333	1.00	4.60	2.31	0.94
求知欲均分	333	1.00	5.00	2.39	0.98
上课情绪均分	333	1.20	4.80	2.28	0.90
主动性均分	333	1.00	4.80	2.23	0.99
对学习意义的认识均分	333	1.00	5.00	2.21	1.01

对所得数据进行描述统计如上表 3，可以得出大学生自卑总均分属于中等偏下水平($M = 2.21$)，低于理论中间值 2.5；在自我否定担忧心理维度均分属于中等偏下水平($M = 2.20$)，低于理论中间值 2.5；在自我无奈懊恼心理维度均分属于中等偏下水平($M = 2.22$)，低于理论中间值 2.5；大学生学习态度总均分属于中等偏下水平($M = 2.29$)，低于理论中间值 2.5；在持续投入维度均分属于中等偏下水平($M = 2.31$)，低于理论中间值 2.5；在求知欲维度均分属于中等偏下水平($M = 2.39$)，低于理论中间值 2.5；在上课情绪维度均分属于中等偏下水平($M = 2.23$)，低于理论中间值 2.5；在对学习意义的认识维度均分属于中等偏下水平($M = 2.21$)，低于理论中间值 2.5。

6.2. 对大学生自卑心理和学习态度进行人口统计学差异分析

对所得数据进行描述统计，并进行人口学分析，可以得出表 4。经过深入调查研究，我们发现男生和女生在自卑心理和学习态度的总得分上存在显著的差异，女生自卑心理得分显著高于男性；在年级方面，大一年级的自卑心理总均分显著高于其他年级，大一年级的学习态度总均分显著高于其他年级；在就读专业方面，其他专业的自卑心理总均分显著低于文科专业，而文科专业的学习态度总均分显著高于其他专业。在出生地方面，大学生的自卑心理和学习态度均无显著差异。在是否为学生会或者班级干部方面，大学生的自卑心理和学习态度同样均无显著差异。在是否为独生子女方面，大学生自卑心理总均分无显著差异，而不是独子的被试在学习态度总均分低于是独子的被试。而在经济状况方面，经济情况较差的大学生的自卑心理和学习态度总均分明显大于经济情况很好的大学生。

Table 4. Demographic differences in college students' inferiority complex ($M \pm SD$)
表 4. 大学生自卑心理人口统计学差异($M \pm SD$)

	组别	人数	自卑心理		学习态度	
			得分($M \pm SD$)	t/F 值	得分($M \pm SD$)	t/F 值
性别	男	155	2.10 $\pm$ 0.80	-2.17*	2.15 $\pm$ 0.84	-2.97**
	女	178	2.32 $\pm$ 0.98		2.43 $\pm$ 0.92	
年级	大一	143	2.38 $\pm$ 0.95	2.65*	2.59 $\pm$ 0.79	9.05***
	大二	90	2.14 $\pm$ 0.93		2.15 $\pm$ 0.97	
	大三	60	2.17 $\pm$ 0.88		2.11 $\pm$ 0.90	
	大四	49	1.99 $\pm$ 0.73		1.99 $\pm$ 0.79	
专业	文科	127	2.35 $\pm$ 0.95	3.22*	2.59 $\pm$ 0.77	9.51***
	理科	108	2.15 $\pm$ 0.90		2.14 $\pm$ 0.93	
	工科	41	1.88 $\pm$ 0.54		1.86 $\pm$ 0.58	
	医科	57	2.29 $\pm$ 1.00		2.28 $\pm$ 1.05	
生源	城镇	104	2.10 $\pm$ 0.82	-1.63	2.22 $\pm$ 0.82	-1.14
	农村	229	2.27 $\pm$ 0.94		2.34 $\pm$ 0.92	
独生子女	是	50	2.46 $\pm$ 1.09	1.78	2.59 $\pm$ 1.04	2.18*
	否	283	2.17 $\pm$ 0.87		2.25 $\pm$ 0.86	
学生干部	是	97	2.32 $\pm$ 0.94	1.3	2.41 $\pm$ 0.95	1.4
	否	236	2.18 $\pm$ 0.90		2.26 $\pm$ 0.86	
经济状况	很差	8	3.97 $\pm$ 0.94	143.25***	3.87 $\pm$ 0.70	275.88***
	较差	39	3.88 $\pm$ 0.64		4.00 $\pm$ 0.61	
	一般	78	2.38 $\pm$ 0.93		2.71 $\pm$ 0.64	
	较好	158	1.78 $\pm$ 0.23		1.78 $\pm$ 0.26	
	很好	50	1.78 $\pm$ 0.16		1.75 $\pm$ 0.12	

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

6.3. 大学生自卑心理和学习态度的相关分析

对所得数据进行描述统计，可以得出表 5，根据 Pearson 相关分析结果显示，自卑心理和学习态度呈显著正相关，其中自卑心理的自我无奈懊恼心理维度、自我否定担忧心理维度与学习态度在多个维度上均表现出显著的正相关性。

Table 5. Correlation analysis of inferiority mentality and learning attitude among college students
表 5. 大学生自卑心理与学习态度的相关分析

变量		学习态度				
		持续投入维度	求知欲维度	上课情绪维度	主动性维度	对学习意义的认识维度
自卑心理	自我否定担忧心理维度	0.58**	0.55**	0.19**	0.36**	0.48**
	自我无奈懊恼心理维度	0.45**	0.43**	0.08	0.27*	0.36**

注：表 5 中的值表示两个变量之间的相关系数。

6.4. 大学生自卑心理与学习态度的线性回归分析

对所得数据进行描述统计，可以得出表 6。

Table 6. Regression analysis of inferiority complex and learning attitude
表 6. 自卑心理与学习态度的回归分析

模型		非标准化系数		标准系数	t	显著性	VIF
		B	α	β			
自变量	常量	1.18	0.08		14.55	0.01	
	自我否定担忧心理	0.38	0.04	0.57	8.79	0.01	2.17
	自我无奈懊恼心理	0.02	0.04	0.02	0.44	0.66	2.17
控制变量	性别	0.01	0.02	0.01	0.56	0.57	1.32
	年级	-0.01	0.02	-0.05	-0.45	0.65	1.06
	专业	-0.02	0.2	-0.02	-1.08	0.27	1.09
	是否为独生子女	-0.90	0.62	-0.03	-1.46	0.14	1.02
	经济状况	-0.04	-0.03	-0.02	-1.13	0.26	1.83
		R^2				0.35	
		F				90.45	
		p				<0.001	
因变量	学习态度						

注：VIF 指的是方差膨胀系数，VIF 越大，表示自变量的容忍度越小，越有共线性问题。

表 6 线性回归分析表明，在控制了性别、年级、专业、是否为独生子女和经济状况的影响因素下， $R^2 = 0.35$ 说明此模型有良好的拟合度，这说明了学习态度受自我否定担忧心理和自我无奈懊恼心理的影响情况可以被这次的计算结果十分可靠真实地体现。因为 VIF 都为 2.17，所以这两个心理维度之间没有多重共线性。可以看出回归方程极其显著， $F = 90.45$ ， $p < 0.001$ ，说明自卑心理的两个维度中不少于一个会显著地影响学习态度这个因变量。自我否定担忧心理可以显著正向影响学习态度($p < 0.05$)；自我无奈懊恼心理不能显著影响学习态度($p = 0.66 > 0.05$)。

最后，变量之间得出如下的回归方程：学习态度 = 1.18 + 0.38*自我否定担忧心理。

7. 讨论

7.1. 大学生自卑心理现状讨论

从研究结果来看，大学生的自卑心理总体程度并不高。通过研究我们发现自卑心理主要体现在两个方面，分别是：一、自我否定担忧心理，这是指个体对自己的否定消极态度。二、自我无奈懊恼心理，这指的是个体对自己期望过高，但是现实无法达成而产生的负面情绪。被试的这两个维度的得分相似，说明这两个方面可能会在大学生中共同存在。

差异分析表明，大学生在性别上有显著差异，其原因可能是女生较之男生会更容易受到外界因素的影响，如对身材和容貌的焦虑。还有可能受到社会方面的压力，如有些招聘单位对性别偏见等等因素。在不同年级间，自卑心理表现出明显的差异性。同过去的研究一样(李阳, 2008)，特别是对于一年级的被试而言，他们的自卑心理程度普遍高于其他年级的被试。大一的学生从高中步入大学环境，周围的同学

都来自五湖四海,不同的各种条件可能会使他们产生不如别人的消极心理。并且大学的学习模式和高中不一样,许多同学可能使用了错误的方法,达不到理想的结果,自身的优越感逐渐消失,从而产生自卑的心理。在专业方面,文科专业较之其他专业自卑程度差异显著,学习文科的专业的学生大部分是情感细腻的,对于自己内心的感觉比较容易察觉,所以更容易受到外界影响。在经济方面,经济较好的被试的自卑得分低于较差的被试。在当今时代,信息发达,于是衍生出许许多多的外界标准,经济情况较差的学生可能自认为没有达到那样的标准,于是产生自卑的心理。

7.2. 大学生学习态度现状讨论

从调查结果来看,大学生总体的学习态度属于中等偏下水平,其中在求知欲维度的均值最高,说明大学生有对知识学习的内在动力和好奇心。对学习知识的意义的维度最低,体现了大学生并未认识到学习到的知识如何转化到现实生活中,也有可能学习到的知识与现实出现了割裂和断层的现象。

差异分析表明,大学生的学习态度在性别上有显著差异,大学学习模式与高中不同,需要一定的自觉性,男生可能更加贪玩好动,忽视了学习的重要性。在年级方面,通过以往的研究,我们已经发现大一一年级学生的学习态度通常更为积极,这一点在最新数据中得到了进一步证实。相较于其他年级,大一新生的学习态度更为端正。这可能是因为他们刚刚经历完紧张而重要的高考,受到外界因素影响的时间不久,许多在高中形成的学习习惯并没有消失,所以对学习的保持也就更长。在专业方面,文科专业的学生学习态度程度要高于其他专业,可能在当前就业环境下,文科类专业的就业难度要高于其他专业,于是文科类专业的学生对于学习要更加重视,以便在未来就业中脱颖而出。家中独子的学生的学习态度得分高于不是独子的学生。是独生子女的学生要独自肩负起赡养双亲的责任,这种压力促使他们更加努力地学习。在经济条件方面,经济较差的学生的学习态度程度要高于经济较好的学生,经济较好的学生在未来就业方面有更多家庭的照顾,并且经济较好的学生的娱乐方式也更多,因此就对于学习没有那么重视了。

7.3. 大学生自卑心理对学习态度的影响讨论

本研究表明,大学生自卑心理和学习态度之间的相关系数为 0.56。也就是说有自卑心理的被试同时学习态度程度要更高。在探讨自卑心理时,我们将其细分为自我否定担忧心理和自我无奈懊恼心理两个维度,并将这两个维度视为自变量,以大学生的学习态度为因变量,采用逐步进入法建立回归方程,结果为自我否定担忧心理维度进入回归方程,它可预测大学生学习态度的 38%左右。而自我否定无奈懊恼维度不能预测大学生的学习态度。阿德勒认为自卑感作为个体行为的原始驱动力,在心理学上并不被视为异常状态(阿德勒,1986)。相反,它是每个人在努力追求自我优越地位的过程中所经历的自然发展环节。这种优越感追求,源于每个人内心深处的驱动力,旨在实现各自对生活意义的不同诠释和最终目标的达成。学生存在自卑感就有更大的内部动力追求外在的优越,这种补偿机制让学生们希望在学习获得额外的成就感,来弥补内心其他部分自卑,于是学习态度就更加积极。而自我无奈懊恼维度的自卑与阿德勒所说的自卑感并不一样,前者更多的是对某件事自己无力完成有关,转而影响到自我成就感,从而产生自卑心理。而后者则更强调自己在某方面自卑,从而对其他方面产生追求卓越的心理。并且也有学者发现自卑感可以通过情绪调节策略来提高自我效能感,从而增强学习态度(王道阳,魏玮,殷欣,2019)。将负性情绪的宣泄的策略能够降低负性情绪的生理唤醒,从而缓解自卑心理对个体基本能力感的抑制作用。而宣泄所带来的正性能量能够带来更融洽的人际关系,争取更多的社会支持。也有学者发现自卑也能引起威胁和愤怒的情绪,为了摆脱这种情绪,个体的自我防御机制会促进个体优越感的欲望,提高学习态度(吕行等人,2017)。有学者还认为通过提高自我调试能力也能让自卑成为个人进步的动力,可能激起个

体积极地补偿, 不断完善自我(贾远娥, 李宏翰, 2010)。

8. 结论

本研究通过数据分析, 得出几点结论:

第一, 大学生的自卑心理和学习态度都处于中等偏下水平, 自卑心理得分在性别、年级、专业和经济状况方面有显著差异, 在学习态度的评分上, 不同性别、年级、专业背景、是否为独生子女以及经济状况均显现出显著性的差异。

第二, 学习态度和自卑心理二者为正相关关系。大学生自卑心理越强, 其学习态度就越强。自卑心理中自我否定担忧心理对学习态度有显著的预测作用。

9. 建议

根据本研究的结论, 提出几点建议:

1) 学校加强学生对大学学习的认知教育, 通过让学生们认识到自己在大学中所学的知识对自己的提升和未来的就业有好处, 提高学生的内部动力。

2) 心理辅导有自卑心理的学生时, 可以适当鼓励他激发追求优越感, 利用补偿机制来弥补内心的自卑情绪和心理。

3) 自卑心理对学习态度具有预测作用, 可以通过当众表扬该生的学习态度或者运用奖励机制, 缓解其因自卑心理而产生的不良后果。

10. 不足与展望

1) 本研究方向使用的量表都是 2010 年之前的量表, 未能找到或者制作出最新的符合当今时代的特点的量表。

2) 研究影响学习态度的人口学变量不够全面, 自卑因素是否与学习态度之间存在因果关系, 有待进一步研究。

参考文献

- 阿德勒(1986). *自卑与超越*. 作家出版社.
- 陈本韦(2023). *广西高校体育教育专业学生理论课程学习态度及影响因素研究*. 硕士学位论文, 南宁: 广西师范大学.
- 崔文琴(2012). 当代大学生学习投入的现状及对策研究. *高教探索*, (6), 67-71.
- 丁聪颖(2023). *大学生学习态度自我监控对学习投入的影响*. 硕士学位论文, 济南: 山东中医药大学.
- 杜恬恬(2022). *大学生“思政课”学习态度影响因素及其优化对策研究*. 硕士学位论文, 北京: 北京林业大学.
- 韩丕国(2014). 大学生自卑心理: 基于社会比较的研究. *中国成人教育*, (12), 122-124.
- 韩艳(2013). 贫困生的自卑心理初探. *中学政治教学参考*, (16), 70-72.
- 黄曼娜(1999). 中学生自卑感的特点及其克服. *心理发展与教育*, (4), 40-44.
- 黄倩, 潘晓阳, 陈练(2018). 大学生自卑心理现状调查与分析——以贵州师范大学为案例. *现代交际*, (13), 29-30.
- 黄雅静(2003). *大学生自卑感及其与自我归因、社会支持的相关研究*. 硕士学位论文, 南京: 南京师范大学.
- 冀云, 赵斌, 马艳杰(2015). 大学生自卑感在亲密恐惧与童年期创伤经历关系中的中介作用. *中国心理卫生杂志*, 29(6), 457-462.
- 贾远娥, 李宏翰(2010). 大学生自卑心理的实质及其认知机制. *江苏高教*, (4), 119-121.
- 姜俊(2017). 大学生自卑感现状及其体育锻炼的干预对策. *安阳师范学院学报*, (5), 120-124.
- 李美君(2015). 大学生学业自我效能感与学习态度相关研究——以南京农业大学为例. *青年与社会*, (7), 24-25.

- 李梦丽, 杨海波, 白学军(2009). 不同年级学困生与学优生数学学习内隐态度的比较. *辽宁师范大学学报(社会科学版)*, 32(1), 42-45.
- 李艳欢(2019). 大学生自卑心理成因及策略分析. *现代交际*, (14), 142+141.
- 李阳(2008). 大学生的人际安全及其与自卑心理的关系研究. 硕士学位论文, 南宁: 广西师范大学.
- 林崇德(2009). *发展心理学*. 人民教育出版社.
- 林传鼎(2009). *心理学词典*. 江西科学技术出版社.
- 刘革, 张佩, 贾永, 闻素霞, 刘茜(2015). 大学生内隐学习态度研究. *新疆教育学院学报*, 31(1), 57-60.
- 吕行, 钟年, 田波, 舒首立(2017). 不同群际威胁类型对集体自尊的影响: 愤怒和自卑的中介作用. *心理科学*, (3), 632-637.
- 麻嘉才(2023). 大学生网球学习态度与体育锻炼的关系——内部动机与心理韧性的链式中介作用. *体育科技文献通报*, 31(5), 150-153+171.
- 蒙家宏(2006). 大学生自卑心理特点. *黔南民族师范学院学报*, 26(2), 81-86.
- 秦剑博, 袁爱华(2019). 中等强度体能锻炼对大学生自卑心理和心理资本干预效果. *中国学校卫生*, 40(5), 756-758.
- 时蓉华(1998). *社会心理学*. 浙江教育出版社.
- 孙温平(2010). 高职院校学生自卑心理调查与干预策略研究——以某职业学院为例. *中国职业技术教育*, (24), 62-65.
- 王道阳, 魏玮, 殷欣(2019). 流动儿童自卑与学习自我效能感的关系: 情绪调节策略的调节作用. *心理与行为研究*, (1), 48-55.
- 王黎华(2021). 高职大学生自卑心理与社会比较倾向的关系研究. *黑龙江生态工程职业学院学报*, 34(6), 125-128.
- 吴霞, 赵晋湘, 邓庆华, 等(2021). 大学生自卑心理分析与心理调试浅谈. *实用预防医学*, 13(6), 1507-1508.
- 徐波玲(2014). *蒙汉大学生学习态度问卷初步编制及其应用*. 硕士学位论文, 呼和浩特: 内蒙古师范大学.
- 许加明(2024). 大学生学习倦怠现状及其影响因素. *校园心理*, 22(1), 27-31.
- 张冠华(2019). 学生管理视角下大学生学习心理现状及对策. *山西大同大学学报(自然科学版)*, 35(6), 80-83.
- 张慧艳(2024). 大学生英语学习态度对小组互动中同伴支架的影响研究. *海外英语*, (1), 151-153+159.
- 张龙(2023). *体育教师支持对大学生体育选项课学习态度的影响机制研究*. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 张星光, 郭淑怡, 闫涛, 等(2024). 医学类本科生、硕士研究生医学统计学学习态度及其与考试成绩的关系. *卫生职业教育*, 42(1), 106-109.
- 张志红, 耿兰芳(2009). 学习态度对大学生学习成绩影响的实证分析. *中国大学教学*, (10), 87-89.
- Brown, J. W. (1988). Social Psychology and Second Language Learning: The Role of Attitudes and Motivation. *Studies in Second Language Acquisition*, 10, 419-421. <https://doi.org/10.1017/S0272263100007634>
- Fleming, J. S., & Courtney, B. E. (1984). The Dimensionality of Self-Esteem: II. Hierarchical Facet Model for Revised Measurement Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 404-421. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.46.2.404>
- Kruglanski, A. W. (1989). The Psychology of Being Right: The Problem of Accuracy in Social Perception and Cognition. *Psychological Bulletin*, 106, 395-409. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.106.3.395>
- Leonard, L. N., & Cronan, T. P. (2001). Illegal, Inappropriate, and Unethical Behavior in an Information Technology Context: A Study to Explain Influences. *Journal of the Association for Information Systems*, 1, Article 12. <https://doi.org/10.17705/1jais.00012>