

乡村振兴背景下怀化高校大学生返乡就业创业的心理机制与支持体系研究

张 婷¹, 张亚琦¹, 阳 红²

¹湖南医药学院康复医学与健康学院, 湖南 怀化

²怀化市脑科医院临床心理科, 湖南 怀化

收稿日期: 2026年9月2日; 录用日期: 2026年10月4日; 发布日期: 2026年10月15日

摘 要

乡村人才振兴是全面推进乡村振兴的关键支撑, 大学生作为乡村人才的重要储备力量, 其返乡就业创业决策不仅是经济理性的结果, 更是乡土情感、社会期待与自我效能交织作用的心理过程。本研究以怀化高校大学生为研究对象, 融合计划行为理论、社会支持理论与心理资本理论, 构建“个体心理资源-社会支持环境-返乡决策意向”分析框架。通过对怀化高校1016名大学生的问卷调查发现: 大学生返乡意愿处于中等偏上水平, 自我效能感和社会支持感知是影响返乡意愿最显著的心理因素; 有乡村经历、农村生源及家庭收入较低的学生返乡意愿更强。研究揭示了大学生在返乡决策中存在“想回又不敢回”的趋避冲突。基于这些提出了分类心理调适策略, 并构建“政府-高校-社会-家庭”四维协同心理支持体系, 旨在为怀化及同类欠发达地区的人才回流工作提供参考。本研究同时强调尊重人才自由流动的合理性, 为大学生留城或返乡提供全面的信息与支持。

关键词

乡村振兴, 大学生返乡就业创业, 心理机制, 心理支持体系

Research on the Psychological Mechanism and Support System of College Students' Return-Home Employment and Entrepreneurship in Huaihua's Higher Education Institutions under the Background of Rural Revitalization

Ting Zhang¹, Yaqi Zhang¹, Hong Yang²

文章引用: 张婷, 张亚琦, 阳红(2026). 乡村振兴背景下怀化高校大学生返乡就业创业的心理机制与支持体系研究. 心理学进展, 16(10), 199-206. DOI: 10.12677/ap.2026.1610484

¹School of Rehabilitation Medicine and Health, Hunan Medical College, Huaihua Hunan²Department of Clinical Psychology, Hunan Huaihua Brain Hospital, Huaihua Hunan

Received: September 2, 2026; accepted: October 4, 2026; published: October 15, 2026

Abstract

The revitalization of rural talent is a critical support for comprehensively advancing rural revitalization. College students are an important reserve force for rural talent. Their decisions to return home for employment or entrepreneurship are not only the result of economic rationality but also a psychological process shaped by the interplay of hometown attachment, social expectations, and self-efficacy. Taking college students from universities in Huaihua as research subjects, this study integrates the Theory of Planned Behavior, Social Support Theory, and Psychological Capital Theory to construct an analytical framework of “individual psychological resources-social support environment-intention to return home.” Based on a questionnaire survey of 1016 college students in Huaihua, the study finds that students’ willingness to return home is at a moderately high level; self-efficacy and perceived social support are the most significant psychological factors affecting their return intention; and students with rural experience, from rural backgrounds, and from lower-income families have stronger return intentions. The study reveals an approach-avoidance conflict in students’ return decisions: “wanting to return but not daring to.” Based on these findings, it proposes differentiated psychological adjustment strategies and constructs a four-dimensional collaborative psychological support system involving “government-college-society-family,” aiming to provide a reference for talent return initiatives in Huaihua and similar less-developed areas. The study also emphasizes the importance of respecting the rationality of free talent mobility and providing comprehensive information and support for college students whether they choose to stay in cities or return home.

Keywords

Rural Revitalization, College Students’ Return-Home Employment and Entrepreneurship, Psychological Mechanism, Psychological Support System

Copyright © 2026 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. 乡村振兴与人才回流的现实需求

2021 年,《中华人民共和国乡村振兴促进法》正式施行,以法律形式确立了乡村振兴的制度框架(中华人民共和国乡村振兴促进法, 2021)。2024 年中央一号文件进一步强调“壮大乡村人才队伍”,提出“实施乡村振兴人才支持计划”“有序引导城市各类专业技术人才下乡服务”(中共中央, 国务院, 2024)。2025 年,中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于加快推进乡村人才振兴的意见》,明确提出“引导高校毕业生到乡村就业创业”(中共中央, 国务院, 2025),为乡村人才建设指明了方向。然而,乡村人才短缺始终是制约乡村振兴的核心瓶颈。据农业农村部相关数据,我国乡村人才总量不足、结构不优、流失严重的问题长期存在(曹均学, 钟燕, 2026)。这一问题在怀化市尤为凸显。怀化市作为湖南省面积最大的地级市,下辖 13 个县(市、区),是武陵山片区脱贫攻坚与乡村振兴的主战场。2024 年怀化市国民经济和社会

发展统计公报显示,全市常住人口中城镇人口占比仅为 47.8% (怀化市统计局, 2025), 农业人口仍占较大比重, 经济社会发展水平与省内发达地区存在差距。受限于产业结构和薪资待遇等因素, 在人才流动格局中, 怀化长期处于人才净流出状态, 大量高校毕业生选择前往长沙、珠三角、长三角等经济发达地区就业, 返乡就业创业比例偏低。这种“引才难、留才更难”的局面, 导致怀化在推进乡村全面振兴、打造“国际种业之都”及“怀乡怀品”品牌等关键任务上, 面临发展动力不足的深层困境。

1.2. 大学生返乡就业创业的心理困境

长期以来, 对大学生返乡就业创业的研究多聚焦于政策供给、经济激励、产业配套等外部因素, 对返乡决策主体的心理世界关注不足(陈杨, 舒欣, 2025)。事实上, 大学生返乡就业创业并非纯粹的经济理性决策, 而是一个充满心理张力的复杂过程。一方面, 乡土情怀、家庭情感、自我实现需求构成了返乡的“心理动力”, 许多大学生对家乡怀有深厚情感, 希望将所学回报故土(赵灼, 2026); 另一方面, 经济压力、社会舆论、失败恐惧又构成了返乡的“心理阻力”, 担心收入下降、被贴上“混不下去才回来”的标签、害怕创业失败后的连锁反应。这种“想回又不敢回”“愿回又不敢回”的趋避冲突, 构成了大学生返乡决策的核心心理困境(刘亚群, 2025)。实际上, 人才在区域间的流动是劳动力市场配置资源的常态, 大学生选择前往珠三角、长三角等经济发达地区就业, 既是个体追求职业发展、收入水平与生活质量的合理选择, 也可能是通过资金、技术和情感联结等方式回馈家乡。从平衡的研究视角去关注大学生在信息充分、各方面支持的条件下, 能否基于自身兴趣、能力、家庭状况与人生规划, 对留城或返乡作出更适合自身发展的决策。而政策目标不应该只是追求回流比例, 而应致力于减少信息的不对称、降低决策焦虑, 并为不同的选择提供尊重与支持。

1.3. 怀化地区的特殊性与研究价值

怀化作为中西部欠发达地区的典型代表, 在大学生返乡就业创业问题上具有独特的研究价值。第一, 怀化是湖南“西进”战略的重要节点, 近年来明确提出优化实施“五溪人才计划”, 大力推动“迎老乡、回故乡、建家乡”行动, 但在产业基础、就业容量、公共服务等方面与发达地区仍存在差距。第二, 怀化是多民族聚居地区, 侗、苗、瑶、土家等少数民族人口占比较高, 不同文化背景下的返乡心理可能存在差异。第三, 怀化地处湘西地区, 具有独特的地域文化认同, 这种认同是构成返乡心理动力的重要资源。

基于上述分析, 研究聚焦怀化高校大学生, 系统探究其返乡就业创业的心理现状、心理机制与支持需求, 旨在为怀化市及同类地区的人才回流工作提供科学依据。

2. 理论框架与核心概念

本研究以计划行为理论为核心框架, 整合社会支持理论与心理资本理论, 构建大学生返乡就业创业心理研究的整合分析框架。

计划行为理论(Theory of Planned Behavior, TPB)是解释和预测人类行为意向的经典理论。该理论认为, 行为意向由三个核心变量决定: 行为态度、主观规范和知觉行为控制(Ajzen, 1991)。在返乡就业创业情境中, 计划行为理论提供了解释大学生决策意向的基本框架: 返乡态度(是否认为返乡是有价值的)、主观规范(家人、同辈、社会是否认同返乡选择)和知觉行为控制(是否有能力、有资源返乡发展)共同决定了返乡意向的强度。

社会支持理论强调个体从社会关系网络中获得的资源对心理适应和行为决策的积极影响(Cobb, 1976; House, 1981)。Cobb (1976)将社会支持分为情感性支持(关心、接纳、信任)、工具性支持(物质帮助、行为协助)和信息性支持(建议、指导、反馈)。House (1981)进一步区分了支持来源(家庭、朋友、同事、社区)。在本研究中, 社会支持理论为分析家庭支持、社会认同对返乡意愿的影响提供了理论依据。

心理资本理论(Psychological Capital)指个体在成长和发展过程中表现出的积极心理状态,包括四个核心维度:自我效能感(面对挑战时的信心)、乐观(对现在和未来的积极归因)、希望(对目标的坚持和路径调整)、韧性(面对逆境时的恢复能力) (Luthans et al., 2004)。心理资本理论为理解大学生返乡就业创业的心理资源提供了重要视角。

这三者的有机整合,形成了“个体心理资源-社会支持环境-返乡决策意向”的三维理论分析模型(高梦洁等, 2021),为后续实证研究提供理论支撑。

3. 研究设计与数据来源

2026 年 5~6 月,课题组开展了怀化高校大学生返乡就业创业心理调研。调研对象为怀化市高校在校大学生及毕业 3 年内已返乡就业创业的怀化籍高校毕业生。采用分层随机与便利抽样相结合方式,通过问卷星平台发放问卷(参考 Schwarzer 和 Jerusalem 编制的 GSES 量表)(Schwarzer & Jerusalem, 1995),共回收 1069 份,有效问卷 1016 份,有效回收率 95.04%。问卷涵盖人口学变量、返乡态度与意愿、自我效能感、社会支持感知及心理挑战与支持需求等模块。此外,课题组还通过开放题收集了大学生在返乡过程中的心理挑战与支持需求信息,为分析其心理特征提供了数据支撑。

4. 实证结果与分析

4.1. 返乡意愿的群体差异

不同特征大学生返乡意愿差异分析结果见表 1。

Table 1. Differences in willingness to return home among college students with different characteristics (N = 1016) (M ± SD)
表 1. 不同特征大学生返乡意愿差异分析(N = 1016) (M ± SD)

类别	百分比(%)	返乡意愿均值	t/F 值	p 值
男(n = 260)	25.6	3.62 ± 0.76	0.89	0.374
女(n = 756)	74.4	3.58 ± 0.79		
有乡村经历(n = 880)	86.6	3.65 ± 0.74	5.12	<0.001
无乡村经历(n = 136)	13.4	3.22 ± 0.85		
农村(n = 356)	35	3.75 ± 0.72	8.46	<0.001
乡镇(n = 400)	39.4	3.55 ± 0.78		
城市(n = 260)	25.6	3.35 ± 0.82		
大一(n = 720)	70.9	3.60 ± 0.76	0.52	0.668
大二(n = 210)	20.7	3.58 ± 0.80		
大三(n = 60)	5.9	3.52 ± 0.83		
大四及以上(n = 26)	2.6	3.63 ± 0.71		
年收入 3 万以下(n = 340)	33.5	3.72 ± 0.74	3.81	0.01
年收入 3~6 万(n = 320)	31.5	3.61 ± 0.76		
年收入 6~10 万(n = 200)	19.7	3.48 ± 0.82		
年收入 10 万以上(n = 156)	15.4	3.30 ± 0.85		

注:生源地和家庭年收入为方差分析 F 值,其余为 t 检验 t 值。数据显示:生源地各组间均值差异显著(农村 > 乡镇 > 城市);年收入 3 万以下组显著高于 6~10 万组和 10 万以上组,3~6 万组显著高于 10 万以上组。

上述结果揭示：第一，有乡村经历者返乡意愿(3.65)显著高于无经历者(3.22) ($p < 0.001$)，乡村经验是构筑返乡情感联结的重要基础。第二，生源地呈现清晰梯度：农村(3.75) > 乡镇(3.55) > 城市(3.35) ($p < 0.001$)，乡土情感纽带作用显著。第三，家庭年收入越低，返乡意愿越高，经济压力形成反向推动。第四，性别与年级差异未达显著水平。

4.2. 核心变量描述统计

各量表描述性统计结果见表 2。

Table 2. Descriptive statistics of the scales
表 2. 各量表描述性统计

类别	均值	标准差	理论中值	偏度	峰度
返乡态度与意愿	3.59	0.78	3	-0.32	0.15
自我效能感	5.35	0.92	4	-0.58	0.42
社会支持感知	2.97	0.81	-	-0.21	-0.08

数据显示，返乡态度与意愿的总体均值为 3.59 分(满分 5 分)，处于中等偏上水平，说明怀化高校大学生对返乡就业创业持基本积极但尚未强烈的态度。特别值得注意的是，自我效能感均值为 5.35 分(满分 7 分)，处于中高水平，表明大学生群体普遍具备较好的心理自信和问题解决能力；社会支持感知均值为 2.97 分，处于中等水平，提示家庭与社会支持仍有较大提升空间。

4.3. 相关分析

各变量与返乡意愿的相关矩阵见表 3。

Table 3. Pearson correlation matrix between variables and willingness to return home
表 3. 各变量与返乡意愿的相关矩阵(Pearson)

变量	返乡意愿	自我效能感	社会支持	年级	家庭年收入
返乡意愿	1				
自我效能感	0.35**	1			
社会支持感知	0.32**	0.38**	1		
年级	-0.02	0.06	0.03	1	
家庭年收入	-0.15**	-0.08*	-0.11**	0.05	1

注：* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ 。

上述结果进一步揭示了影响返乡意愿的心理机制：自我效能感与返乡意愿呈中等正相关($r = 0.35, p < 0.01$)，在所有变量中相关系数最高；这意味着越相信自己有能力应对挑战、解决问题的大学生，越敢于选择返乡就业创业这条充满不确定性的道路。自我效能感是预测返乡意愿的最强个体心理因素。社会支持感知与返乡意愿也呈中等正相关($r = 0.32, p < 0.01$)。家人朋友的支持和鼓励能够显著增强大学生的返乡信心，印证了社会支持系统在职业决策中的重要作用。家庭年收入与返乡意愿呈弱负相关($r = -0.15, p < 0.01$)，与差异分析结果一致，进一步确认了经济条件越差、返乡意愿越高的反向关系。

4.4. 多元回归分析

返乡意愿影响因素的多元线性回归分析结果见表 4。

Table 4. Multiple linear regression analysis of factors influencing willingness to return home
表 4. 返乡意愿影响因素的多元线性回归分析

预测变量	非标准化系数 B	标准化系数 Beta	t 值	p 值	VIF
自我效能感	0.28	0.31	8.96	<0.001	1.18
社会支持感知	0.24	0.25	7.15	<0.001	1.2
乡村经历	0.3	0.15	4.52	<0.001	1.05
生源地	-0.16	-0.13	-3.86	<0.001	1.1
家庭年收入	-0.1	-0.12	-3.52	<0.001	1.07

在控制其他变量影响后，确认了五个显著预测变量，按标准化系数排序：自我效能感(Beta = 0.31) > 社会支持感知(Beta = 0.25) > 乡村经历(Beta = 0.15) > 生源地(Beta = -0.13) > 家庭年收入(Beta = -0.12)。五个预测变量共解释返乡意愿变异的 28%，说明返乡意愿的形成机制仍具有较高的复杂性。返乡决策还可能受到产业、政策、婚恋家庭、职业价值观及生活成本等未纳入变量的影响(刘亚群，2025)。本研究主要基于横断面问卷数据，因果推断能力有限，未来研究可补充小范围的深度访谈，围绕“想回又不敢回”的心理冲突、低收入家庭学生的决策逻辑、家庭期待与经济压力的交互作用、乡村经历对情感联结的塑造等主题，挖掘量化数据背后的故事和复杂动机。也可采用纵向追踪设计，观察大学生从入校到毕业、从意向到实际返乡行为的动态演化过程，从而增强研究结论的解释力与实践针对性。

4.5. 综合讨论

综合以上分析，可得出结论：

一是返乡意愿的形成可能是“心理资源 - 社会支持 - 生活经验 - 现实压力”多重路径共同驱动的结果。自我效能感是最具解释力的内在心理变量，社会支持感知是重要的外部心理资源，但模型解释力为 28%，需谨慎对待其因果意义。

二是返乡意愿存在清晰的群体分化。有乡村经历者、农村生源者、低收入家庭者返乡意愿更高。这说明返乡人才政策可考虑从“大水漫灌”转向差异化精准施策，但还需实践检验。

三是在探索心理支持体系建设可关注三个方向：通过技能实训与成功案例示范增强自我效能感；搭建家庭 - 学校 - 社会协同的支持网络强化社会支持感知；为缺乏乡村经历者创造高质量实践机会以弥补经验缺失。

5. 心理调适方案与支持体系构建

以下心理调适方案与支持体系是基于横断面问卷结果的探索性建议，如建立普适性政策方案，还需结合质性访谈、试点评估和动态反馈加以调整。

5.1. 分类心理调适方案

针对不同群体、不同心理状态设计差异化干预策略。

对于心理动力不足群体：以乡土情怀激发为核心，组织“家乡发展观察行”、乡土文化寻访活动及

返乡典型经验分享等活动；以自我效能感提升为辅助，开设创业模拟课程与乡村实践项目；以政策感知增强为补充，编制政策指引手册，开设政策解读微课程，建立信息精准推送平台。

针对心理问题突出群体：以失败恐惧疏解为突破口，开展“失败后转型”案例教育，设立小额“试错基金”，建立创业失败心理援助快速响应机制(张景平, 2026)；以经济压力疏导为支撑，提供返乡就业经济测算工具，开展财务与风险控制培训，探索过渡期生活补贴；以社会舆论应对为切入点，举办“返乡价值”主题辩论，制作返乡青年人物图鉴，建立荣誉表彰制度；以自我怀疑化解为保障，引入优势识别测评与职业锚工具，提供一对一职业心理咨询。

不同群体差异制定分类策略：农村生源返乡意愿高但经济压力与家庭期待冲突突出，应重点提供经济支持，开展“家庭沟通”工作坊；城市生源返乡意愿低、社会舆论压力大，应重点开展“返乡价值重塑”认知干预，强化政策吸引力信息触达；大四及毕业生处于决策窗口期，应建立“返乡过渡期”专项支持，提供“先就业、再创业”阶梯方案。

5.2. “四维协同”心理支持体系

基于实证研究揭示的心理需求优先级和机制模型，本研究构建“政府-高校-社会-家庭”四维协同的心理支持体系。

5.2.1. 政府维度

政府是心理支持体系的顶层设计者和资源主要供给者。核心任务是弥合“政策供给”与“政策感知”的断裂(曹均学, 钟燕, 2026)。具体举措：设立“返乡创业心理支持专项资金”，覆盖过渡期心理辅导、危机干预及服务中心运营；依托人才服务中心建立“返乡青年心理服务中心”，提供免费咨询热线、心理健康筛查、创业压力团体辅导与危机应急介入；搭建“返乡大学生信息服务平台”，整合多部门政策资源，实现集中发布、智能推送与案例常态展示；开展“返乡创业之星”评选，制作创业故事短视频，以真实人物故事消解“返乡即失败”的社会刻板印象。

5.2.2. 高校维度

高校是大学生心理培育的前端阵地，也是从“在校”到“返乡”过渡期的关键衔接点。将返乡心理辅导纳入就业指导课程体系；从大二起建立返乡意向学生心理档案并进行动态跟踪；系统组织“家乡发展观察行”“乡村创业体验营”等深度实践活动；面向大四学生提供返乡前适应性心理训练，包括角色转换辅导与压力预演。

5.2.3. 社会维度

组建“返乡创业导师库”，邀请成功创业者提供创业诊断与心理鼓励；搭建“怀化返乡青年”线上社群，每季度举办“返乡青年说”线下分享会；联合本地企业建立返乡就业岗位信息库。

5.2.4. 家庭维度

依托家长会平台开展“家长心理课堂”；编制《返乡决策家庭沟通指南》；建立“学生-家庭-学校”三方联动机制，必要时提供家庭对话调解服务，帮助家长理解返乡发展的多元价值。

6. 结语

本研究以怀化高校大学生为样本，基于整合性理论框架，考察了返乡就业创业意愿的心理机制。实证表明，返乡意愿是自我效能感、社会支持感知、乡村经历、生源地与家庭收入等多重因素交织驱动的结果，自我效能感与社会支持是最核心的心理变量。但应审慎看待模型解释力。“想回又不敢回”的趋避冲突提示，政策设计须超越传统经济激励思维，深入心理赋能、关系支持与经验补足等深层维度。同

时,应承认留城发展的合理性与价值,将政策视角从“引导回流”拓展为“提供全面信息与支持,使大学生无论留城还是返乡都能作出适合自身发展的决策”。本研究提出的分类调适方案与“四维协同”支持体系,可为怀化及中西部同类地区提供探索性参考。未来研究可采用纵向追踪与质性方法,深入揭示返乡心理机制的动态演化过程,并探索不同民族、专业背景下的差异化心理特征。

基金项目

2026 年度怀化市哲学社会科学成果评审委员会课题(HSP2026141);
湖南省高校支撑主导产业学科中西医结合立项资助(湘教通〔2026〕66 号)。

参考文献

- 曹均学, 钟燕(2026). 乡村振兴视域下大学生返乡创业就业面临的问题及优化路径探析. *廊坊师范学院学报(社会科学版)*, 42(1), 89-97.
- 陈杨, 舒欣(2025). 乡村振兴背景下九江市农村大学生返乡就业创业研究——基于江西省 14 所高校 774 名学生的调研分析. *乡村科技*, 16(17), 38-42.
- 高梦洁, 王景莹, 陆秋萍(2021). 基于计划行为理论的大学生返乡创业意愿及引导路径. *教育评论*, (6), 103-107.
- 怀化市统计局(2025). *怀化市 2024 年国民经济和社会发展统计公报*. 怀化市统计局.
https://tjj.hunan.gov.cn/hntj/tjfx/tjgb/szgb/hhs_1/202504/t20250408_33633643.html
- 刘亚群(2025). 乡村振兴背景下农村大学生返乡创业的心理调适与社会支持体系构建. *农村经济与科技*, 36(14), 236-238+242.
- 张景平(2026). 乡村振兴背景下返乡大学生创业风险生成机制与突破路径. *吉林农业科技学院学报*, 35(1), 53-56.
- 赵灼(2026). 乡村振兴背景下乡土情怀驱动大学生返乡创业的内在机理、现实困境及路径建议. *南方农机*, 57(8), 97-100.
- 中共中央, 国务院(2024). 中共中央 国务院关于学习运用“千村示范、万村整治”工程经验有力有效推进乡村全面振兴的意见. *人民日报*.
- 中共中央, 国务院(2025). 乡村全面振兴规划(2024-2027 年). *人民日报*.
- 中华人民共和国乡村振兴促进法(2021). 中华人民共和国乡村振兴促进法. *人民日报*.
- Ajzen, I. (1991). The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
[https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-t](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-t)
- Cobb, S. (1976). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
<https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Addison-Wesley.
- Luthans, F., Luthans, K. W., & Luthans, B. C. (2004). Positive Psychological Capital: Beyond Human and Social Capital. *Business Horizons*, 47, 45-50. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2003.11.007>
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy Scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in Health Psychology: A User's Portfolio* (pp. 35-37). NFER-Nelson.