

高职学生积极心理资本现状研究

何欢, 殷越

河南水利与环境职业学院机电工程系, 河南 郑州

收稿日期: 2024年5月14日; 录用日期: 2024年7月9日; 发布日期: 2024年7月18日

摘要

当前, 高职学生的就业压力会受内在和外在诸多因素影响, 其中心理资本作为个体内在因素的重要组成部分, 影响着个体对职场就业的感受。本文以心理资本为理论基础, 通过发放量表问卷和SPSS分析, 了解了高职学生的心理资本现状, 并提出关注女生和农村学生心理资本的构建, 完善学生心理资本机制, 提高学生就业技能, 缓解学生的就业压力, 进而提升学生的就业能力。

关键词

高职学生, 心理资本, 现状研究

Research on Current Situation of Positive Psychological Capital of Higher Vocational College Students

Huan He, Yue Yin

Department of Mechanical and Electrical Engineering, Henan Vocational College of Water Conservancy and Environment, Zhengzhou Henan

Received: May 14th, 2024; accepted: Jul. 9th, 2024; published: Jul. 18th, 2024

Abstract

Currently, higher vocational college students' employment pressure is influenced by various internal and external factors. Among these, psychological capital, as a crucial component of individual internal factors, impacts individuals' attitudes toward workplace employment. Based on the theory of psychological capital, this study aims to understand the current situation of students' psychological capital in higher vocational colleges through a scale questionnaire and SPSS. Mean-

while, it puts forward to focus on the construction of psychological capital of female students and rural students, improve students' psychological capital mechanism, enhance their employability skills, alleviate their employment pressure and enhance their employability.

Keywords

Higher Vocational College Students, Psychological Capital, Research on Current Situation

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

2018 年中共教育部党组印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知, 明确指出: 坚持育心与育德相统一, 加强人文关怀和心理疏导, 引导学生正确认识义和利、群和己、成和败、得和失, 培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态, 促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展[1]。报告显示国家高度重视学生的心理健康, 注重心理素质的培养。这与作为个体成长和发展的积极心理状态的心理资本内容一致, 都是培养学生正向心态, 提升心理育人质量指导纲领[2]。同时积极的心理资本是高职院校学生维持个体发展内驱力, 应对各种就业困难的重要保障。

2. 对积极心理资本的解读

心理资本的理论来源于积极心理学运动。20 世纪末, Seligman 等人意识到心理学在个体获得幸福感、满足感等方面起着积极作用, 于是开始倡导积极心理学运动, 主张福利、满意、希望和幸福等内容; 得益于积极心理学的影响, 2002 年, Fred Luthans 提出了积极组织行为学的概念, 认为积极组织行为学是可测量的、可发展的、对绩效有显著影响的人力资源优劣与心理能力等的研究与应用, 强调对人类心理优势的开发与管理。主要以信心、希望、乐观主义、主观幸福感等为内容[3]。

2004 年, Luthans (卢桑斯) 等人提出了对“积极心理资本”的看法, 认为积极心理资本是以积极心理学理论为基础, 影响个体发展[4]。2007 年, Luthans 等人对积极心理资本进行了界定, 包涵四个维度, 即自我效能, 在不同境遇中, 通过教育、训练和自我暗示集合现实条件, 实现调动资源, 达到特定目标的一种主观态度。乐观, 积极心态的一种表现; 希望, 对达成目标表现出的锲而不舍态度; 韧性, 战胜危机时表现出的韧劲。至此, 积极心理资本这一概念有了清晰的界定[5]。

我国积极心理资本的研究起步比较晚, 主要探究心理素质、发展能力、自我价值的相关性。柯江林等(2009)认为心理资本是一种符合积极组织行为学(POB)标准的类状态积极心理能力。周松娟(2015)研究发现积极心理资本能够有效调节大学生在学习、人际等方面的压力, 使学生在面对困难与挑战时通过挖掘自身的心理能量来提升自我价值感[6]。

综上分析, 积极心理资本属于积极心理研究范畴, 是一种能够促进人体行为发展的资源和能力, 四个核心维度能够缓解个体在面对危机和就业压力时的状态, 提高应对事件的能力, 是学生对生活的满意度和体验感的表现[7]。因此对大学生的积极心理资本现状进行研究, 有利于加强学生良好的心理建设、培养学生热爱生活、提振学习信心、纾解心理压力、积极营造有利于学生健康成长成才的社会环境, 对个体和社会的发展产生重要意义。

3. 研究目的

随着各大院校的扩招, 激烈的就业竞争压力居高不下, 随之学生出现了各类心理问题, 部分学生面对压力选择缓就业、慢就业或不就业, 就业形式呈低质量不充分发展趋势。有研究表明, 积极的心理资本有助于预防和调节学生的心理问题, 更好的应对所面临的挑战, 有利于学生的职业发展。因此高职院校必须重视学生的心理资本, 提升学生在择业、就业过程中应对困难和挫折的能力。

3.1. 关注学生的心理资本能更好促进学生剖析自我

心理资本是个体在行动发展过程中表现出的状态, 是自我心理活动行为方面的表现, 容易受外界或内界的影响。提升对学生心理资本的关注, 能帮助学生较为清醒的自我觉察、自我认识、自我分析和自我评价等, 并根据实际情况评估差距和调整自己的状态。做到实时评估和调整, 不仅能激发学生的探索欲和主动性, 更有助于学生着眼于未来的发展变化, 在变化中规划生活和职业, 预见自己的发展潜力和职业前景。

3.2. 关注学生心理资本能更好提升学生的职业发展

从人才培养的角度看, 学生的职业发展不仅影响学生自我成就感, 家庭期望值, 也是学校教书育人、专业发展能力培养的象征, 因此, 培养学生保持良好的行为习惯、乐观的性格特征、解决问题的韧性等内容的积极心理资本的积累和发掘至关重要。加强对学生心理资本的培养和干预, 有利于学生主动调整心态, 更快适应社会环境, 增加核心竞争力, 提升职场价值。因此, 开展对高职学生心理资本现状研究十分必要。

4. 研究对象

本次研究随机选取河南某高职院校 700 名高职学生, 包括但不限于农、林、木、医、水利、食品、智造等 16 个专业。根据人才培养方案要求, 研究对象主要以大二学生为主, 因为这部分学生即将步入实习岗位, 心理压力相对于新生较大, 这使取得的数据在研究高职学生积极心理资本对现状方面的影响更具有代表性, 详见表 1。

Table 1. Basic information of research objects
表 1. 研究对象的基本信息

	选项	人数	百分比
性别	男	358	60.8
	女	231	39.2
生源地	城市	93	15.8
	农村	496	84.2
是否干部	是	156	26.5
	否	433	73.5
第二课堂学分	5 分及以上	115	38.2
	3 分到 5 分	249	42.3
	3 分以下	225	19.5

5. 研究工具

5.1. 调查工具

本研究采用张阔编制的积极心理资本量表[8]，共包括自我效能，韧性、希望和乐观 4 个维度，26 道题，每题设置 7 个等级计分，分别表示完全不符合、不符合、比较不符合、不确定、比较符合、符合、完全符合。分数越高，代表心理资本更加积极，分数越高表示在该因子表现越明显。

5.2. 数据的收集与处理

本研究主要采用问卷调查法进行研究，面向高职学生通过问卷星完成 784 份问卷调查，回收问卷 784 份，回收率 100%，其中有效问卷 589 份，有效问卷率 75.13%。后经 EXCEL 对数据进行整理，再采用 SPSS 对数据进行分析，具体分析方法包括：描述性统计、独立样本 t 检验、方差齐性检验、事后检验等。

6. 结果与分析

6.1. 高职学生心理资本的总体情况

本研究以张阔编制的积极心理资本量表作为调查工具，对河南高职院校学生发放问卷进行现状调查，使用统计软件 SPSS 对大学生心理资本的总体情况进行分析，结果见表 2。

Table 2. The overall situation of psychological capital of higher vocational college students
表 2. 高职学生心理资本的总体情况

	最大值	最小值	平均值	标准差
自我效能	7.00	49.00	32.61	8.09
韧性	7.00	49.00	29.19	5.98
希望	6.00	42.00	28.45	5.76
乐观	6.00	42.00	29.06	6.78
心理资本	26.00	174.00	119.33	21.73

6.2. 高职学生积极心理资本在性别上的差异分析

把数据整体录入后进行差异分析，以性别作为自变量，以自我效能分数、希望维度上、乐观、韧性以及总分作为因变量进行独立样本 t 检验，结果见表 3。

Table 3. T-test of positive psychological capital of higher vocational college students on gender
表 3. 高职学生积极心理资本在性别上的 t 检验

	男	女	t	p
自我效能	34.16 ± 8.22	30.22 ± 7.27	5.933	0.000
韧性	29.74 ± 6.28	28.34 ± 5.39	2.791	0.005
希望	29.17 ± 6.10	27.34 ± 5.02	3.815	0.000
乐观	29.89 ± 7.20	27.78 ± 5.84	3.731	0.000
心理资本	122.97 ± 22.87	113.68 ± 18.51	5.172	0.000

结果显示, 在自我效能维度、韧性、希望、乐观以及心理资本总分上, 男女性别之间均存在显著差异($p < 0.01$), 男生的心理资本分数显著高于女生的心理资本分数。结果表明, 男生在个人成长和发展过程中表现出来的心理状态比女生更积极。

6.3. 高职学生积极心理资本在生源地上的差异分析

以生源地作为自变量, 以自我效能分数、希望维度上、乐观、韧性以及总分作为因变量进行独立样本 t 检验, 结果见表 4。

Table 4. T-test of positive psychological capital of higher vocational college students in the origin of student
表 4. 高职学生积极心理资本在生源地上的 t 检验

	男	女	t	p
自我效能	34.99 ± 8.89	32.36 ± 7.91	1.792	0.074
韧性	28.55 ± 6.71	29.31 ± 5.84	-1.133	0.257
希望	29.30 ± 6.60	28.29 ± 5.59	1.547	0.122
乐观	30.17 ± 7.31	28.86 ± 6.66	1.718	0.086
心理资本	122.01 ± 25.53	118.82 ± 20.93	1.299	0.194

结果显示, 在乐观维度上, 不同生源地之间均存在显著差异($p < 0.01$)。这说明城市学生比农村学生在个体体验时产生更加积极的心态。在自我效能维度、韧性、希望以及心理资本总分上, 不同生源地之间均不存在显著差异。

6.4. 高职学生积极心理资本在是否担任学生干部上的差异分析

以是否担任班干部作为自变量, 自我效能分数、希望维度上、乐观、韧性以及总分作为因变量进行独立样本 t 检验, 结果见表 5。

Table 5. T-test of positive psychological capital of higher vocational college students in whether they serve as student cadres
表 5. 高职学生积极心理资本在是否担任学生干部上的 t 检验

	男	女	t	p
自我效能	34.36 ± 8.32	31.98 ± 7.92	3.170	0.002
韧性	30.24 ± 7.10	28.81 ± 5.49	2.553	0.011
希望	29.56 ± 6.30	28.05 ± 5.51	2.822	0.005
乐观	30.07 ± 7.36	28.70 ± 6.52	2.166	0.031
心理资本	124.23 ± 23.96	117.56 ± 20.61	3.316	0.001

结果显示, 在自我效能维度、韧性、希望、乐观以及心理资本总分上, 是否担任班干部之间均存在显著差异($p < 0.01$), 班干部的心理资本分数显著高于非班干部的心理资本分数。结果表明, 班干部在个人成长和发展过程中表现出来的心理状态比非班干部更积极。

6.5. 高职学生积极心理资本在第二课堂学分上的差异分析

分组包含三个分类变量, 故使用单因素方差分析法来进行差异性检验。首先需要对各变量值进行方

差齐性检验。结果见表 6。

Table 6. Variance homogeneity test of positive psychological capital of higher vocational students in the second class credit
表 6. 高职学生积极心理资本在第二课堂学分上的方差齐性检验

变量	Levene 统计量	df1	df2	显著性
自我效能	0.764	2	586	0.466
韧性	2.498	2	586	0.083
希望	0.941	2	586	0.391
乐观	0.989	2	586	0.372

方差齐性检验齐性, 再进行单因素方差分析, 结果见表 7。

Table 7. Results and post-test of univariate analysis of variance of positive psychological capital of higher vocational students in the second class credit difference
表 7. 高职学生积极心理资本在第二课堂学分差异的单因素方差分析结果及事后检验

	5 分	3	1	F	事后检验
自我效能	34.78 ± 7.58	32.41 ± 8.34	31.73 ± 7.87	5.652**	5 > 3 > 1
韧性	30.36 ± 6.40	28.58 ± 6.24	29.28 ± 5.38	3.523*	5 > 3 > 1
希望	29.90 ± 5.32	28.44 ± 5.96	27.73 ± 5.65	5.432**	5 > 3 > 1
乐观	30.57 ± 6.89	29.12 ± 6.96	28.24 ± 6.39	4.5708*	5 > 3 > 1
心理资本	125.60 ± 20.16	118.55 ± 22.87	116.97 ± 20.66	6.386**	5 > 3 > 1

*代表 $p < 0.05$, **代表 $p < 0.01$ 。

结果显示, 在韧性, 乐观维度上, 第二课堂学分之间均存在显著差异($p < 0.05$), 在自我效能维度, 希望以及心理资本总分上, 第二课堂学分之间均存在显著差异($p < 0.01$)这说明, 第二课堂得分高的学生在个人成长和发展过程中表现出来的心理状态比第二课堂得分低的学生更加积极, 而且事后检验的结果说明: 这种积极性在第二课堂得分高的学生、得分中等和得分低的学生中三者之中任意两者之间的差异都有显著差异。

7. 结论

男生的心理资本分数显著高于女生的心理资本分数, 说明男生在个人成长和发展过程中表现出来的心理状态比女生更积极。可能与男性和女性的性格、教育方式有关, 传统意义上, 男性更倾向于勇敢、自信、动手能力强, 善于解决问题。因此高职院校要高度重视女生的心理资本, 除了日常开展的心理健康课程、心理讲座、心理知识宣传及心理工作室外的心理健康教育, 还应根据女生性格特征, 兴趣爱好等挖掘学生心理潜能, 培养积极心理品质, 采取个性化心理预防和干预方式, 鼓励学生关注自我情绪和心理状态, 增强其心理韧性和自我效能感。

数据显示, 以生源地作为自变量, 在乐观这一维度上, 不同生源地之间存在显著差异($p < 0.01$)。这说明城市学生比农村学生在个体体验时产生更加积极的心态。可能是城市学生比农村学生接触的教育资源、家庭经济状况、教养方式、接触的事务要丰富, 眼界开阔, 对待困难更加自信。因此高职院校要多关注农村学生的身心健康, 尽可能地给予贫困学生经济支持, 建立绿色通道制度, 完善国家助学贷款、

减免学费、困难补助、勤工助学等不同的资助措施, 确保学生正常上学。其次, 在教学过程中, 教师要多关注农村弱势群体, 尤其是在讲授顶岗实习和就业指导相关教育课程时, 根据学生优势和喜爱提供针对性个性化的职业教育。另外家长也要重视对孩子学科知识的教育, 注重性格的培养, 达到家校配合, 家校共育的效果。

班干部的心理资本分数显著高于非班干部的心理资本分数。结果表明, 班干部在个人成长和发展过程中表现出来的心理状态比非班干部更积极。班干部是一个班级事务的组织者, 主要协助老师处理班级事务, 在学习和工作上能起模范榜样作用。因此参与组织的实践活动较多, 积累的经验也比较丰富, 树立的自信心和积极性能更好地面对职业压力和挑战, 心理资本的提升为职业发展奠定了基础。

第二课堂学分高的学生在个人成长和发展过程中表现出来的心理状态比第二课堂得分低的学生更加积极。“第二课堂课程项目”是指利用课余时间实施或参加的有目的、有计划、有组织的、能够促进学生政治塑造、价值引领和道德养成的课外实践活动, 主要分为 7 个模块: 思想政治、社会实践、志愿公益、创新创业、文艺体育、工作履历等模块。学生通过参与第二课堂课程项目, 荣获相应学分, 形成自己的“第二课堂成绩单”, “第二课堂成绩单”是学校人才培养评估、学生综合素质评价、社会单位选人用人的重要依据。因此高职院校要高度关注第二课堂成绩比较低的学生, 根据学生的特长, 从 7 个模块中选择开展学生擅长容易得分的活动, 尽可能帮助学生在校学习期间修够学分。“第二课堂课程项目”的构建不仅能促进第一课堂与第二课堂相互融合、而且能促进学生政治塑造、价值引领和道德习惯的养成, 让学生能发现自我、认可自我, 培养良好的职业素养, 自信面对职场困境。

8. 结语

综上所述, 积极的心理资本作为个人可发展的积极的心理状态, 是心理健康的有力体现, 是个体实现人生价值的助力, 在分析过程中, 可知可以通过预防和干预提升心理资本的自我效能感(或自信)、希望、乐观和坚韧力, 因此高职院校要通过多角度多层面不断优化教育资源、开展心理教育活动, 关注学生心理状态, 开发学生心理资本, 从而提升学生自身价值。

参考文献

- [1] 中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html, 2018-07-06.
- [2] 方必基. 青少年学生心理资本结构、特点、相关因素及团体干预研究[D]: [博士学位论文]. 福州: 福建师范大学, 2012.
- [3] 龚水平, 彭阳. 谈心理资本理论在员工职业生涯规划中的重要作用[J]. 理论导报, 2013(4): 41-45.
- [4] Luthans, F. and Youssef, C. (2004) Human, Social, and Now Positive Psycho-Logical Capital Management: Investing in People for Competitive Advantage. *Organizational Dynamics*, 33, 143-160. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2004.01.003>
- [5] 温磊, 七十三. 企业员工心理资本干预的实验研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(6): 672-675.
- [6] 周松娟, 秦亚平. 大学生心理资本、学习压力、学习倦怠关系研究及教育启示[J]. 西部素质教育, 2015, 1(3): 28-29.
- [7] 邝磊, 郑雯雯, 林崇德, 杨萌, 刘力. 大学生的经济信心与职业决策自我效能的关系——归因和主动性人格的调节作用[J]. 心理学报, 2011, 43(9): 1063-1074.
- [8] 张阔, 张赛, 董颖红. 积极心理资本: 测量及其与心理健康的关系[J]. 心理与行为研究, 2010, 8(1): 58-64.