

教师支持对高中生未来规划的影响：希望的中介作用

黄子峻

西南大学心理学部，重庆

收稿日期：2025年9月30日；录用日期：2025年12月7日；发布日期：2025年12月17日

摘要

为探究教师支持对高中生未来规划的影响机制，研究采用感知教师支持量表、希望特质量表和未来规划问卷，对332名高中生展开调查。结果显示：(1) 教师支持、学生希望水平与未来教育/职业规划呈显著正相关；(2) 希望水平在教师支持与未来规划间起完全中介作用，即教师支持通过提升学生希望水平间接促进规划能力发展。研究表明，教师支持作为外部资源可以通过激发学生内在心理资本(希望水平)实现教育效能，促进学生对未来的规划，为学生适应新高考选科制度提供了教育启示。

关键词

教师支持，希望，未来教育规划，未来职业规划

The Impact of Teacher Support on High School Students' Future Planning: The Mediation of Hope

Zujun Huang

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Received: September 30, 2025; accepted: December 7, 2025; published: December 17, 2025

Abstract

To explore the mechanisms of teacher support on high school students' future planning, this study investigated 332 students using the Perceived Teacher Support Scale, Hope Trait Scale, and Future Planning Questionnaire. Key findings reveal: (1) Significant positive correlations exist among teacher support, students' hope levels, and educational/career planning; (2) Hope levels fully mediate the

relationship between teacher support and future planning, indicating that teacher support indirectly enhances planning capabilities by elevating students' hope. The research demonstrates that teacher support, as an external resource, can activate students' intrinsic psychological capital (hope) to achieve educational effectiveness, thereby facilitating future-oriented planning. These insights provide practical educational implications for helping students adapt to the new college entrance examination subject selection system.

Keywords

Teacher Support, Hope, Future Education Planning, Future Career Planning

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. 前言

青春期是个体对未来思考与规划的关键时期[1], 处于高中时期的青少年更是需要为进一步接受学术教育或高等职业教育做好规划准备, 以便顺利过渡到成人阶段。对此, 国家卫生健康委等相关部门联合印发的《健康中国行动——儿童青少年心理健康行动方案(2019~2022 年)》和《学生心理健康教育指南》中都明确指出中学应该积极开展对学生职业生涯规划的教育, 以帮助学生了解自身特点与条件的基础上, 确立自己的职业志向, 对未来教育与职业选择做准备。尤其近年来, 新的高中选科改革在各省推行, 取消文理分科, 实行“3+1+2”选科机制, 这意味着学生有了更多的自主权, 可以根据个人兴趣特点以及拟报高校专业要求选择不同的学科组合类型, 这同时也代表着高中生将面临提前进行未来教育规划和初步职业生涯决策的巨大挑战, 需要其具备良好的未来规划意识和能力来克服困难。综上所述, 目前的教育发展与改革形式对高中生未来规划提出了更高的要求, 因此, 探究影响学生未来规划的影响因素与机制显得至关重要。

青少年的未来规划已经得到学者的广泛关注, 但目前国内对于未来规划的研究大多数只探究父母教养、家庭社会经济地位等外界因素对高中生未来规划的影响, 而忽视了青少年个体的心理过程的影响, 同时, 也很少关注到外界因素中教师支持的影响。因此, 本研究将深入分析教师支持对高中生未来规划的影响, 并在此基础上分析希望特质在该影响上的中介作用, 以期揭示教师支持对学生希望特质的具体影响过程和内部机制, 为促进形成积极的未来规划提供实证参考与干预建议。

2. 理论框架与研究假设

2.1. 教师支持与高中生未来规划的关系

未来规划是指个体设定目标、制定计划并实施计划追求目标的过程, 由探索和投入两个维度构成[1]。未来规划会影响青少年的选择、决定和行为, 进而影响到他们当前和未来的发展与成就[2] [3]。

生态系统理论提出者 Bronfenbrenner (1996)认为个体发展是个体与环境持续交互作用的结果。处于环境层次最里层的是微观系统(microsystem), 即个体直接接触与互动的环境, 能塑造着个体的认知、情感与行为模式, 对个体发展具有最为直接且深远的影响[4]。在青少年的成长过程中, 学校是除家庭以外对其影响最大的微系统, 为青少年提供了丰富的社会交往机会与学习体验, 在该环境中, 教师作为核心角色更是发挥着重要作用[5]。教师支持是指学生感受到老师对自己的支持, 并获取有价值的信息、情绪上的

认同及压力的缓解[6],包括学习支持、能力支持和情感支持[7]。社会支持理论认为,个体从社会关系网络中获得的支持行为具有普遍的增益性,对个体心理健康和发展有积极作用[8],教师作为学生在学校环境中的重要支持者,提供的支持可以给学生营造积极有利的环境,满足学生的成长需求,提高他们的学习动机和学业自我效能感[9]-[11],进而有助于他们进行学业规划。同时,教师支持也能直接影响学生的职业抱负、职业探索和规划[12] [13],有实证研究表明,教师支持有助于学生发展积极的职业抱负[14],职业自我效能[15],教育期望[16]和教育相关的目标规划[17] [18]。因此,本研究认为教师支持和高中生未来规划水平有关,提出假设 1:教师支持会正向预测高中生未来规划水平,包括教育规划和职业规划。

2.2. 希望特质的中介作用

希望(hope)是积极心理学倡导的 24 种积极特征优势的其中之一。认知取向的希望理论[19]认为,希望是一种以目标为核心,以路径和动力的交互作用为基础的追求成功的积极动机状态,包括路劲思维和动力思维两个主要成分,前者是希望的认知成分,指达到目标的具体计划和方法,后者是希望的动机成分,指个体执行路径遇到困难挫折时所具备的意志力[20]。希望感是个体在成长中逐渐培养的一种积极心理能量与内部资源,研究发现,希望特质与自我效能感、乐观等积极特质正相关[21],对青少年发展有积极作用,它能提升主观幸福感[22]、生活满意度[23]、甚至是学业成绩[24]。

作为学生的重要他人,教师给予的支持能培养学生更高水平的希望特质。一方面,学生在教师支持下往往更容易达到目标,而目标的实现又使学生肯定了自身的能力,增强了自我效能感和希望;另一方面,长期处于富有他人关怀与肯定的环境中,学生也能保持乐观,培养积极性格特质,充满希望感[25] [26]。也有相关研究发现,教师的情感支持能够正向预测学生的希望特质[27]。基于此,本研究提出假设 2:教师支持能正向预测高中生的希望水平。

希望有助于个体产生更多的动力接近有价值的目标,以及预先计划规避可能的消极结果[19],可以帮助个体构建积极的未来发展水平[28],这意味着希望感能够促进个体进行有关未来的规划。相关研究发现,自我效能感正向影响未来规划[29],自我效能感和希望相似,是面向未来的,代表了积极的期望,在目标导向的行为中起着突出的作用[21]。基于此,本研究提出假设 3:积极的希望特质能正向影响高中生的未来规划,包括教育规划和职业规划。

认知行为主义认为认知在个体行为塑造中扮演着中介的角色,认为个体并非被动响应环境刺激,而是通过认知系统对外部环境信息进行加工、解释和评价,进而产生相应情绪与行为。具体而言,在行为形成的过程中,外界环境作为远端因素(例如教师支持)虽不直接引发行为,却可以通过长期塑造个体认知特质,即近端因素(例如希望、自我效能感),从而影响人们的行为。由此可推测,教师支持可以通过提高学生的希望感知从而增加学生对未来的规划行为。前人研究也指出学生的希望感呈现类似的中介结果,例如研究发现父母控制、生活中具有挑战性的事件可以通过希望特质的中介作用影响青少年未来取向[30] [31]。基于此,本研究提出假设 4:希望特质中介教师支持对高中生未来教育和职业规划的影响。

综上所述,本研究拟通过问卷调查的方式,探讨教师支持对高中生未来规划的影响及其作用机制——考察希望在其中的中介作用。

3. 研究方法

3.1. 被试

采用整体取样法从四川省一所普通公办高中选取学生 355 名,以班级为单位进行问卷施测,回收有效问卷 332 份,回收率 93.5%。其中,男生 164 名(49.4%),女生 168 名(50.6%);高一 124 名(37.3%),高二 172 名(51.8%),高三 36 名(10.8%)。

3.2. 测量工具

3.2.1. 学生感知教师支持量表

本研究采用欧阳丹(2005)编制的学生感知教师支持量表测定教师支持水平[7]。共 19 个项目, 涉及学生在学习生活中感知到的教师对其支持的态度和行为, 包括学习支持、情感支持、能力支持三个维度, 例如“老师会用鼓励的眼神示意我起来回答问题”、“老师对我的态度一向很温和”、“老师经常让我负责班级内的事情”。问卷为六级评分, 从完全不符合到完全符合, 按 1 到 6 计分, 分数越高说明学生感知到教师给予的支持越多。本研究中该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.862。

3.2.2. 中学生希望特质量表

本研究采用由 Snyder 等人(1991)编制, 田莉娟(2008)翻译并修订的《希望特质量表》来测定学生的希望水平[26]。共 12 个项目, 包括路径思维与动力思维两个维度, 例如“我能够想出很多摆脱困境的方法”、“我精力充沛、永不停息地追求自己的目标”。其中有 4 个题是用来转移被试的注意, 不记入总分。问卷为四级评分, 从完全不正确到完全正确, 按 1 到 4 计分, 总分越高, 说明个体希望水平越高。本研究中该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.803。

3.2.3. 青少年未来规划问卷

本研究采用由 Nurmi 等人(1996)编制, 张玲玲等人(2006)修订的《青少年未来取向问卷》[32], 选取未来教育规划与未来职业规划两个分问卷来测量学生的未来规划水平。各分问卷都包含 7 个题项, 包括探索和投入两个维度, 例如“你经常思考或计划自己的学习以及今后要接受的教育吗?”、“你是否为了实现或更接近于自己的受教育目标, 而实实在在地在做些事情?”。问卷采用李克特 5 点计分, 得分越高代表对未来规划有越多的探索与投入。未来教育规划整体 Cronbach's α 系数为 0.724, 未来职业规划整体 Cronbach's α 系数为 0.759。

3.2.4. 研究过程及数据处理

本研究采用集体施测方式, 由具有心理学专业背景的研究生担任主试, 以班为单位让学生填写纸质问卷, 填写完后当场收回。

本研究采用 SPSS 25.0 和 PROCESS 进行数据处理和统计分析。

4. 研究结果

4.1. 共同方法偏差检验

由于研究数据均通过被试自我报告获得, 为避免研究的共同方法偏差, 本研究采用 Harman 单因素检验进行统计验证[33]。结果表明, 因素分析后得到 9 个特征根大于 1 的因子, 第一个因子解释的变异量为 22.4%, 小于 40% 的临界值, 说明本次研究中不存在明显的共同方法偏差。

4.2. 教师支持、希望、未来规划的描述统计

了解本次研究中教师支持、希望特质和未来规划的现状, 对研究的变量及其维度的得分进行描述性分析(表 1)。

根据结果可以得知, 教师支持均值为 3.68, 处于中上水平。从具体维度来看, 高中生感知到教师在学习上的支持是最多的($M = 3.99$), 其次是情绪支持($M = 3.63$), 能力支持($M = 3.08$)的均分最低。这表明教师会积极给予学生支持, 但会更多地在学习和情绪上给予支持与帮助, 较少在课外活动等能力上给予学生支持。

Table 1. Descriptive statistics results across dimensions**表 1.** 各维度描述统计结果

变量	维度	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M_总</i>	<i>SD_总</i>
教师支持	学习支持	3.99	0.73	3.68	0.68
	情绪支持	3.63	0.71		
	能力支持	3.08	1.00		
希望	路径思维	2.77	0.51	2.52	0.45
	动力思维	2.27	0.50		
教育规划	教育探索	2.82	0.74	3.18	0.59
	教育投入	3.46	0.67		
职业规划	职业探索	2.83	0.67	3.01	0.57
	职业投入	3.14	0.62		

希望特质的均值为 2.52，处于中等水平。从具体维度来看，高中生的路径思维均值为 2.77，处于中上水平，动力思维为 2.27，处于中等偏下水平。这表明当前学生有着中等水平的希望特质水平，对达到目标的方法有较为充足的计划与认知，但认为自己达到目标所需的能力还存在不足。

教育规划的均值为 3.18，处于中上水平，职业规划的均值为 3.01，处于中等水平。这表明目前高中生更重视自己未来教育并对此有更多的规划。同时，在教育和职业规划中，探索维度的均值均处于中等偏下水平($M_{\text{教育}} = 2.82$, $M_{\text{职业}} = 2.83$)，且较大程度上低于投入维度的均值($M_{\text{教育}} = 2.82$, $M_{\text{职业}} = 2.83$)，这可能表明，高中生在设定目标、对目标作出抉择时并没有多加思考与探索，但会为了一个不具体的目标不断投入自己的时间与精力。

4.3. 教师支持、希望、未来规划的相关分析

为厘清学生的教育规划、职业规划、希望特质与教师支持的关系，对本研究主要变量进行相关分析。

结果如表 2 所示，教育规划与教师支持($r = 0.313, p < 0.001$)和希望特质($r = 0.449, p < 0.001$)存在显著的正相关，职业规划与教师支持($r = 0.260, p < 0.001$)和希望特质($r = 0.415, p < 0.001$)也存在显著的正相关。综上，本研究的各维度之间均存在显著的正相关，研究的假设得到初步验证。

Table 2. Correlation analysis of various research variables (n = 332)**表 2.** 各研究变量相关分析(n = 332)

变量	教师支持	希望	教育规划	职业规划
教师支持	1			
希望	0.449***	1		
教育规划	0.313***	0.510***	1	
职业规划	0.260***	0.415***	0.558***	1

注：n = 332；* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ ，*** $p < 0.001$ 。

4.4. 希望的中介作用

将性别、年级、家庭来源、独生子女、母亲和父亲受教育水平作为控制变量，使用 SPSS 中 PROCESS v2.16 组件的 Model 4 进行多元回归分析与中介效应分析，考察希望特质在教师支持和未来规划之间的中介作用。

结果显示性别、家庭来源、独生子女和父亲受教育水平控制变量对学生希望水平和未来规划水平影响均不显著，故移除以上控制变量，只保留母亲受教育程度作为控制变量，再重复上述数据分析操作。

结果表明，在教育规划方面(表 3)，教师支持能够正向预测学生的教育规划($\beta = 0.30, p < 0.001$)和希望($\beta = 0.44, p < 0.001$)，希望对学生教育规划具有显著的正向预测作用($\beta = 0.45, p < 0.001$)，但教师支持对未来教育规划的直接作用预测不显著，控制变量母亲受教育程度能显著正向预测了未来教育规划($\beta = 0.12, p < 0.01$)。在职业规划方面(表 4)，教师支持能够正向预测学生的职业规划($\beta = 0.26, p < 0.001$)和希望($\beta = 0.44, p < 0.001$)，希望对学生职业规划具有显著的正向预测作用($\beta = 0.37, p < 0.001$)，但教师支持对未来职业规划的直接作用预测不显著。

Table 3. Regression analysis of intermediary models in educational planning (standardized)
表 3. 教育规划的中介模型回归分析(标准化)

变量	因变量：教育规划		因变量：希望		因变量：教育规划	
	β	t	β	t	β	t
母亲受教育水平	0.15	2.93**	0.07	1.32	0.12	2.61**
教师支持	0.30	5.70***	0.44	9.03***	0.10	1.93
希望					0.45	8.63***
R ²	0.12		0.21		0.28	
F	22.59***		42.66***		43.24***	

注：N = 332；* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ ，*** $p < 0.001$ 。

Table 4. Regression analysis of intermediary model for career planning (standardized)
表 4. 职业规划的中介模型回归分析(标准化)

变量	因变量：职业规划		因变量：希望		因变量：职业规划	
	β	t	β	t	β	t
母亲受教育水平	0.07	1.28	0.07	1.32	0.04	0.87
教师支持	0.26	4.80***	0.44	9.03***	0.09	1.62
希望					0.37	6.61***
R ²	0.07		0.21		0.18	
F	12.81***		42.66***		24.19***	

注：N = 332；* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ ，*** $p < 0.001$ 。

Table 5. Bootstrap test of mediation effect
表 5. 中介效应的 Bootstrap 检验

因变量	效应类型	效应值	Boot SE	Bootstrap95%CI	
				下限	上限
教育规划	总效应	0.30	0.05	0.20	0.40
	直接效应	0.10	0.05	-0.00	0.20
	间接效应	0.20	0.03	0.14	0.28
职业规划	总效应	0.26	0.05	0.15	0.36
	直接效应	0.09	0.06	-0.02	0.20
	间接效应	0.16	0.03	0.11	0.24

通过 Bootstrap 检验方法,对希望在教师支持与学生未来规划之间的中介效应进行检验。结果表明(表 5),希望在教师支持对未来教育规划影响中的间接效应为 0.20,其 Bootstrap 95%置信区间不包含 0,且教师支持对未来教育规划的直接效应不显著,表明希望在教师支持与未来教育规划中起到完全中介的作用。希望在教师支持对未来职业规划影响中的间接效应为 0.16,其 Bootstrap 95%置信区间不包含 0,且教师支持对未来职业规划的直接效应不显著,表明希望在教师支持与未来职业规划中也起到完全中介的作用。

5. 分析与讨论

5.1. 各变量总体状况分析

根据上述的结果可以看出,学生感知的教师支持总体处于中上水平,且各维度处于中等或中等偏上水平。其中,教师在学习上对学生给予的支持最多,其次是情绪支持,最后是能力支持。这和欧阳丹(2005)的研究结果有部分不一致,其结果显示教师给予的情感支持最高,其次是学习支持,最后是能力支持[7],这可能是被试群体来源不同造成的,其被试来源于初中群体,而本研究的被试来自高中群体,属于备战高考的重要时段,因此教师会更加关注学生成绩,并在此领域给予更多的支持,但研究结果都表示教师给予的能力支持较偏低并有待提高。

高中生的希望特质处于中等水平,其中路径思维处于中上水平,高于动力思维水平,这与前人的研究一致[34],这可能是因为高中生乐观看待自己的认知水平,在面对可能的困难时,更倾向于相信自己有方法解决问题。

本研究还发现,高中学生的未来教育规划水平处于中等偏上水平,高于未来职业规划水平,这与以往关于青少年未来规划的研究相一致[35][36]。这可能是因为大部分高中生准备先接受大学教育再进入职业生活,未来教育先于未来职业的到来,同时中国心理健康教育课起步较晚,对于职业生涯规划的教育普及度还不足,教学质量还有待提高,因此高中生更加注重未来教育的规划。

在教育规划和职业规划中,高中生的投入水平均远高于探索水平,这也和前人研究的结果一致[32][37]。这与目前教育环境有关,当前的学校教育依然是应试,在学校片面追求升学率的背景下[38],高中生需要投入大量的时间和精力去考取更高的分数,至于未来如何具体选择,更有可能要等到高考分数公布后,再根据自身分数对应的层级做决策。

5.2. 教师支持、希望与高中生未来规划的关系分析

5.2.1. 教师支持和高中生未来规划的关系分析

本研究发现,教师支持与高中生教育规划、职业规划之间均存在显著的正相关,且教师支持能够正向预测教育规划和职业规划,这意味着学生得到的教师支持越多,对以后未来教育和职业的规划也更积极。这与我们的预期以及前人的研究结果一致[39][40],支持了生态系统理论和社会支持理论,说明教师在学生的微观系统中发挥着重要的作用,其给予的支持是青少年在发展过程中获得的一种重要外部资源[41],有利于学生建立更强大、更完善的社会支持网络,从而更好地应对环境中的各种挑战,并积极地面向未来、提前规划好未来。

其次要注意到,在教师支持对高中生未来教育规划的回归分析中,控制变量母亲受教育程度也显著正向预测了未来教育规划,而父亲受教育程度的影响却不显著,这可能是因为家庭教育中母亲比父亲投入了更多的时间,前人研究也支持父母在育儿时间上存在显著的性别差异,育儿活动依然是母亲的“天职”[42],因此相对于父亲,母亲在家庭教育中发挥了更大的作用。同时,受教育程度越高的母亲进行教育参与的障碍更少,因而更多地参与子女的教育,也会更加重视孩子未来的教育问题,给予孩子更多关

于教育规划方面的支持,从而使孩子对自己的未来有更多的教育规划。

5.2.2. 希望在教师支持和高中生未来规划的中介作用

本研究发现教师支持会通过学生的希望特质来影响高中生的未来教育规划水平和未来职业规划水平,这与我们的预期一致。且研究还发现,无论是在未来教育规划还是未来职业规划中,希望变量都起到了完全中介的作用,这表明了希望在其中的关键作用。自我决定理论认为,基本心理需求满足对于一个人持续的心理成长、人格健全和内在发展动机至关重要[43],教师对学生的支持并没有直接帮助到学生进行未来教育规划和未来职业规划,但是教师创设的支持环境,为学生提供了更多的选择与支持,有助于学生感受到信任、温暖和安全感,使学生的基本心理需求得到了满足[44][45],增强了自信心,提高了希望感,而希望感又与很多积极因素相关[46],高希望感的个体有更高的主观幸福感[47],以及自身成长的主动性。高希望感的学生会以更乐观、更具挑战性的视角来看待未来想要实现的目标,主动探索出更多实现目标的路径,并且具备更多的动力去追寻目标[19],以更积极的态度面向未来,更积极地探索和投入未来的教育与职业。因此,教师支持能够在满足学生的基本心理需求下,通过提升学生希望感来促进学生对自己的未来规划。由此可见,教师在教育学生的过程中,不仅要为学生提供支持,还要适当的培养学生的希望感,这才是提高学生未来规划的理想方式。

6. 研究局限与展望

本研究存在一定的局限性。本研究只采用了横截面的数据进行分析,未来研究应采用纵向设计,在不同时间点测量教师支持、希望和未来规划,以更好地建立变量间的时间序列关系,为因果推断提供 stronger 的证据。在研究方法上,本研究采用的学生自我报告的方式研究教师支持对学生未来规划的影响,今后的研究可以结合多种渠道报告方式,例如教师角度、客观指标等等不同角度来测量变量值。同时,未来也可以考虑其他影响学生的未来规划的中介或调节变量,如学生的自我效能感、父母支持等,建立更丰富的理论框架。

参考文献

- [1] Nurmi, J. (1991) How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. *Developmental Review*, 11, 1-59. [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(91\)90002-6](https://doi.org/10.1016/0273-2297(91)90002-6)
- [2] Greene, B.A. and DeBacker, T.K. (2004) Gender and Orientations toward the Future: Links to Motivation. *Educational Psychology Review*, 16, 91-120. <https://doi.org/10.1023/b:edpr.0000026608.50611.b4>
- [3] Seginer, R. and Mahajna, S. (2004) How the Future Orientation of Traditional Israeli Palestinian Girls Links Beliefs about Women's Roles and Academic Achievement. *Psychology of Women Quarterly*, 28, 122-135. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2004.00129.x>
- [4] Bronfenbrenner, U. and Morris, P.A. (1998) The Ecology of Developmental Processes. In: Damon, W. and Lerner, R.M., Eds., *Handbook of Child Psychology: Theoretical Models of Human Development*, John Wiley & Sons, 993-1028.
- [5] 刘在花. 教师支持对流动儿童学习满意度的影响机制[J]. 教育研究, 2023, 44(11): 149-159.
- [6] Deci, E.L. and Ryan, R.M. (1987) The Support of Autonomy and the Control of Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.6.1024>
- [7] 欧阳丹. 教师期望、学业自我概念、学生感知教师支持行为与学业成绩之间的关系研究[D]:[硕士学位论文]. 桂林: 广西师范大学, 2005.
- [8] 黄朝斌, 杨娟, 陶云. 高中生学习力对学业成绩的影响: 教师支持的调节作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2023, 31(4): 587-592.
- [9] Tao, Y., Meng, Y., Gao, Z. and Yang, X. (2022) Perceived Teacher Support, Student Engagement, and Academic Achievement: A Meta-analysis. *Educational Psychology*, 42, 401-420. <https://doi.org/10.1080/01443410.2022.2033168>
- [10] 黄婷婷, 刘松涛. 感知教师情感支持与行为投入的关系——自我效能与学业韧性的链式中介作用[J]. 现代外语, 2025, 48(3): 352-363.

- [11] Hu, Z., Shan, N. and Jiao, R. (2023) The Relationships between Perceived Teacher Autonomy Support, Academic Self-Efficacy and Learning Engagement among Primary School Students: A Network Analysis. *European Journal of Psychology of Education*, **39**, 503-516. <https://doi.org/10.1007/s10212-023-00703-7>
- [12] Alm, S., Låftman, S.B., Sandahl, J. and Modin, B. (2018) School Effectiveness and Students' Future Orientation: A Multilevel Analysis of Upper Secondary Schools in Stockholm, Sweden. *Journal of Adolescence*, **70**, 62-73. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.11.007>
- [13] Wong, L.P.W., Yuen, M. and Chen, G. (2020) Career-Related Teacher Support: A Review of Roles That Teachers Play in Supporting Students' Career Planning. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, **31**, 130-141. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.30>
- [14] Ali, S.R. and McWhirter, E.H. (2006) Rural Appalachian Youth's Vocational/educational Postsecondary Aspirations: Applying Social Cognitive Career Theory. *Journal of Career Development*, **33**, 87-111. <https://doi.org/10.1177/0894845306293347>
- [15] Zhang, J., Yuen, M. and Chen, G. (2018) Teacher Support for Career Development: An Integrative Review and Research Agenda. *Career Development International*, **23**, 122-144. <https://doi.org/10.1108/cdi-09-2016-0155>
- [16] McWhirter, E.H., Hackett, G. and Bandalos, D.L. (1998) A Causal Model of the Educational Plans and Career Expectations of Mexican American High School Girls. *Journal of Counseling Psychology*, **45**, 166-181. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.2.166>
- [17] Wentzel, K.R. (1998) Social Relationships and Motivation in Middle School: The Role of Parents, Teachers, and Peers. *Journal of Educational Psychology*, **90**, 202-209. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.90.2.202>
- [18] Liu, Q., Du, X. and Lu, H. (2022) Teacher Support and Learning Engagement of EFL Learners: The Mediating Role of Self-Efficacy and Achievement Goal Orientation. *Current Psychology*, **42**, 2619-2635. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04043-5>
- [19] Snyder, C.R. (2002) Target Article: Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, **13**, 249-275. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1304_01
- [20] 刘孟超, 黄希庭. 希望: 心理学的研究述评[J]. 心理科学进展, 2013, 21(3): 548-560.
- [21] Gallagher, M.W., Long, L.J. and Phillips, C.A. (2019) Hope, Optimism, Self-efficacy, and Posttraumatic Stress Disorder: A Meta-Analytic Review of the Protective Effects of Positive Expectancies. *Journal of Clinical Psychology*, **76**, 329-355. <https://doi.org/10.1002/jclp.22882>
- [22] Murphy, E.R. (2023) Hope and Well-Being. *Current Opinion in Psychology*, **50**, Article ID: 101558. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101558>
- [23] Zeng, Q., He, Y., Li, J., Liang, Z., Zhang, M., Yi, D., et al. (2022) Hope, Future Work Self and Life Satisfaction among Vocational High School Students in China: The Roles of Career Adaptability and Academic Self-Efficacy. *Personality and Individual Differences*, **199**, Article ID: 111822. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111822>
- [24] Feldman, D.B. and Kubota, M. (2015) Hope, Self-Efficacy, Optimism, and Academic Achievement: Distinguishing Constructs and Levels of Specificity in Predicting College Grade-Point Average. *Learning and Individual Differences*, **37**, 210-216. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.022>
- [25] 吴妮妮, 范嘉鸣, 陈佩仪, 等. 父母和教师自主支持与中学生学校适应——希望的中介作用[J]. 广东第二师范学院学报, 2019, 39(2): 35-39.
- [26] 田莉娟. 中学生希望特质的评定及干预研究[D]: [硕士学位论文]. 石家庄: 河北师范大学, 2008.
- [27] 张萍, 孟凡闫. 留守儿童领悟教师情感支持对学习投入的影响: 日常性学业弹性和希望感的链式中介模型[J]. 中国健康心理学杂志, 2023, 31(5): 710-716.
- [28] Schmid, K.L., Phelps, E. and Lerner, R.M. (2011) Constructing Positive Futures: Modeling the Relationship between Adolescents' Hopeful Future Expectations and Intentional Self Regulation in Predicting Positive Youth Development. *Journal of Adolescence*, **34**, 1127-1135. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.07.009>
- [29] Preska, L. and Wahyuni, Z.I. (2019) Pengaruh Dukungan Sosial, Self-Esteem Dan Self-Efficacy Terhadap Orientasi Masa Depan Pada Remaja Akhir. *TAZKIYA Journal of Psychology*, **5**, 65-77. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v22i1.8160>
- [30] Seginer, R. (2008) Future Orientation in Times of Threat and Challenge: How Resilient Adolescents Construct Their Future. *International Journal of Behavioral Development*, **32**, 272-282. <https://doi.org/10.1177/0165025408090970>
- [31] 胡雅情. 父母控制与高中生未来取向的关系: 希望与解释风格的中介作用[D]: [硕士学位论文]. 无锡: 江南大学, 2022.
- [32] 张玲玲, 张文新, 纪林芹, 等. 青少年未来取向问卷中文版的测量学分析[J]. 心理发展与教育, 2006(01): 103-108.

- [33] Podsakoff, P.M., MacKenzie, S.B. and Podsakoff, N.P. (2012) Sources of Method Bias in Social Science Research and Recommendations on How to Control It. *Annual Review of Psychology*, **63**, 539-569. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-120710-100452>
- [34] 孔凡华. 中学生希望特质、应对方式与自信心的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 桂林: 广西师范大学, 2011.
- [35] 于凤杰, 赵景欣, 张文新. 早中期青少年未来规划的发展及其与父母教养行为的关系: 行为自主的中介效应[J]. 心理学报, 2013, 45(6): 658-671.
- [36] 郭畅. 同伴支持与父母自主支持对高一学生未来规划的影响: 基本心理需要的中介作用[J]. 中小学心理健康教育, 2024(10): 17-22.
- [37] 于凤杰, 赵景欣, 张文新. 高中生的个人规划与抑郁的关系: 性别的调节作用[J]. 心理发展与教育, 2013, 29(1): 79-85.
- [38] 张怡铭, 武春雷, 王博, 等. 中部某市留守中小学生心理健康状况[J]. 中国学校卫生, 2019, 40(4): 595-597.
- [39] Metheny, J., McWhirter, E.H. and O'Neil, M.E. (2008) Measuring Perceived Teacher Support and Its Influence on Adolescent Career Development. *Journal of Career Assessment*, **16**, 218-237. <https://doi.org/10.1177/1069072707313198>
- [40] 于凤杰, 张艺芬, 陈亮. 留守青少年的未来规划与教师自主支持的关系: 教育价值感的中介效应[J]. 山东青年政治学院学, 2021, 37(4): 30-35.
- [41] Lozano Botellero, V., Ekornes, S.M., Gamlem, S.M., Torrissen, W. and Løvoll, H.S. (2023) Perceived Teacher Support in Secondary Education from 1980 to 2019: An Integrative Review. *Cogent Education*, **10**, Article ID: 2164648. <https://doi.org/10.1080/2331186x.2022.2164648>
- [42] 韩中, 王刚, 张会婷. 学历越高, 育儿时间越短?——来自中国的经验分析[J]. 南方人口, 2019, 34(3): 34-45.
- [43] Deci, E.L. and Ryan, R.M. (2008) Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, **49**, 182-185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- [44] Lent, R.W., Brown, S.D. and Hackett, G. (2000) Contextual Supports and Barriers to Career Choice: A Social Cognitive Analysis. *Journal of Counseling Psychology*, **47**, 36-49. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.1.36>
- [45] Lent, R.W., Morris, T.R., Penn, L.T. and Ireland, G.W. (2019) Social-Cognitive Predictors of Career Exploration and Decision-Making: Longitudinal Test of the Career Self-Management Model. *Journal of Counseling Psychology*, **66**, 184-194. <https://doi.org/10.1037/cou0000307>
- [46] Gilman, R., Dooley, J. and Florell, D. (2006) Relative Levels of Hope and Their Relationship with Academic and Psychological Indicators among Adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **25**, 166-178. <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.2.166>
- [47] Satıcı, S.A. (2016) Psychological Vulnerability, Resilience, and Subjective Well-Being: The Mediating Role of Hope. *Personality and Individual Differences*, **102**, 68-73. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.057>