

少数民族大学生学习压力学业效能感及学习倦怠的相关性

王德芳, 杨小峻

西藏民族大学教育学院, 陕西 咸阳 712082

【摘要】 目的 了解少数民族大学生学习压力、学业效能感、学习倦怠状况及三者间的关系, 为促进少数民族大学生学习提供参考。方法 使用学习倦怠量表、学习应激事件量表、学习自我效能感量表, 对大理大学、贵州民族大学、广西民族大学、石河子大学、新疆师范大学、西藏民族大学、西藏大学农牧学院、云南民族大学 8 所本科院校全日制在校 1 119 名少数民族大学生进行测量。结果 少数民族大学生学习压力、学业效能感及学习倦怠处于中等水平, 但“学习困难”特点明显 (53.4%)。学业能力效能总体上表现为低年级高于高年级 ($P < 0.05$), 城市和农村生源在能力效能感上差异有统计学意义 ($t = 3.03, P < 0.01$), 医科专业学生行为效能感低于其他专业 ($P < 0.05$)。学习倦怠各维度在性别、年级、生源地及专业方面存在不同程度的差异 ($t = 2.42 \sim 5.46, P$ 值均 < 0.05)。线性回归分析结果表明, 学习压力、能力效能正向预测情绪低落 (β 值分别为 0.07, 0.22, P 值均 < 0.01), 行为效能感负向预测情绪低落 ($\beta = -0.58, P < 0.01$); 能力效能、行为效能负向预测行为不当和成就感低 (β 值分别为 -0.12, -0.54; -0.57, -0.21, P 值均 < 0.01)。结论 少数民族大学生学习压力、学业效能感及学习倦怠中等。学习压力、学业效能感对学习倦怠有影响。

【关键词】 学习; 压力; 精神卫生; 回归分析; 学生

【中图分类号】 R 195 R 395.6 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2017)05-0689-04

Analysis of learning stress, self efficacy and learning burnout of ethnic minority college students/WANG Defang, YANG Xiaojun. School of Education, Xizang Minzu University, Xiayang(712082), Shaanxi Province, China

【Abstract】 Objective To understand the relationship among learning stress, self efficiency and learning burnout among minority college students, and to provide reference for the promotion of their learning. **Methods** A total of 1 119 students of minority nationalities were measured by learning burnout scale, learning stress event scale and learning self-efficacy scale. **Results** Minority college students' learning stress, learning efficacy and learning burnout were on the middle level, but the proportion of students with learning difficulties was at the highest (53.4%). There was a negative correlation between academic performance, behavior efficacy and grade ($r = -0.10, -0.07, P < 0.01$). The urban and rural students were statistically different in self-efficacy ($t = 3.03, P < 0.01$). There were some statistical differences in professional efficacy ($P < 0.01$). And different variations of learning burnout can be found in gender, grade, birth places of students and their professions ($t = -0.13, 5.46, P < 0.01$). According to the results of regression analysis, there was a positive correlation between learning stress, ability efficacy and depression ($\beta = 0.07, 0.22, P < 0.01$), and a negative correlation between behavioral performance and learning pressure ($\beta = -0.58, P < 0.01$). Moreover, self-efficacy and achievement or achievement were also found negatively correlated ($\beta = -0.12, -0.54; -0.57, -0.21, P < 0.01$). **Conclusion** The minority college students suffer from moderate learning pressure, learning burnout and learning self-efficacy, and learning stress and self-efficacy can affect learning burnout.

【Key words】 Learning; Pressure; Mental health; Regression analysis; Students

少数民族大学生的学习一直都是教育者和研究者关注的焦点, 研究者对学业不够理想原因、提高的途径等进行了诸多探索, 但对影响学习的学习压力、学业效能感及学习倦怠等心理因素的研究不够丰富^[1-3]。而学习倦怠、学习压力及学业自我效能感是

影响学习积极性的重要因素^[4-5]。为探究少数民族大学生的学习压力、学习自我效能、学习倦怠现状及其相互关系, 为制定相应政策提供实证依据, 笔者进行了本次研究, 报道如下。

1 对象与方法

1.1 对象 研究对象来自新疆、西藏、云南、贵州、广西 5 省民族聚居区高校或内地民族院校, 样本取自大理大学、贵州民族大学、广西民族大学、石河子大学、新疆师范大学、西藏民族大学、西藏大学农牧学院、云南民族大学 8 所本科院校全日制在校本科生。共发放

【基金项目】 2014 年教育部哲学社会科学研究重大课题攻关项目 (14JZD048)。

【作者简介】 王德芳 (1973-), 女, 河南新乡人, 硕士, 副教授, 主要研究方向为民族教育心理、发展心理。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2017.05.015

问卷 1 374 份,收回有效问卷 1 119 份。样本来自 40 个少数民族,按各民族人数所占比例从大到小排在前 5 位的是藏族、维吾尔族、壮族、哈萨克族、土家族。样本涵盖文、理、工、农、医及术科(艺术、体育)六大类专业,文、理科所占比例分别为 42.4%,37.3%,其他 4 类专业所占比例均衡,在 4.3%~5.5%之间,符合样本选取院校专业设置比例。年级分布中,大一所占比例为 47.7%;考虑大四即将毕业,为保证样本有效性仅选取 7.4%的被试;因医科大五本科生实习,采集少量(0.5%)样本人数;大二、大三比例大致均衡。性别上,女生占 69.3%,男生占 30.7%,符合取样高校女生较多的现状。

1.2 方法 于 2016 年 3 月开始调查。采用测验法、文献法、访谈法进行,以测验法为主。问卷统一发放,统一收回,测试经知情同意后以无记名方式进行。

1.2.1 学习压力量表 借鉴已有研究做法,学习压力以近期正在经历的“生活事件”为指标,各题取自中国大学生心理应激量表^[6]中与学习直接有关的 16 个事件,组成独立的学习压力量表。每题按近 2 个月内“有”或“无”相关经历分别计分为 1 或 0,量表单个被试总最高分为 16,最低分为 0,总分越高表明学习压力越大。已有研究以各题与问卷总分相关的方法进行信度检验,信度尚可^[6]。

1.2.2 学业自我效能感量表 由梁宇颂等对 Pintrich 等(1990)编制的学业自我效能感量表修订而成,分为学习能力自我效能感和学习行为自我效能感 2 个维度^[7]。能力效能指个体对自己是否具有顺利完成学

业、取得良好成绩等能力的主观认知;行为自我效能指个体对自己是否有能力采取合适方法达到学习目标的主观判断。共 22 个题目,各题为 1~4 分 4 级评分,分数越高,某方面效能感越强。量表 α 信度系数为 0.89。

1.2.3 学习倦怠量表 采用连榕等修编的学习倦怠量表^[1]。该量表是在 Maslach 的倦怠量表基础上本土化修订而成,是目前国内使用最广的学习倦怠量表。量表包含情绪低落、行为不当、成就感低 3 个维度。情绪低落指兴趣下降、心情失落、沮丧低迷等情绪特征;行为不当指学习中出现的不适宜举动如迟到早退、逃课、不写作业等;成就感低指很少体验到成功感和满足感。共 20 道题目,各题采用 1~5 分 5 级评分,分数越高,学习倦怠程度越高。量表内部一致性信度系数为 0.87,分半信度系数为 0.88。

1.3 统计分析 使用 SPSS 20.0 对数据进行独立样本 t 检验,单因素方差分析、相关分析、多因素线性回归分析等,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 少数民族大学生学习压力 少数民族大学生学习压力平均分为 6.28 分,中位数和众数均为 6.00 分。6 分以下样本占 54.2%,7 分以下占 70.0%。各题选择比例排在前 3 位的是按时上课、学习内容加深、学习方式变化。可以认为少数民族大学生学习压力不大,处于中等偏低水平。见表 1。

表 1 少数民族大学生学习应激事件报告率($n=1\ 119$)

项目	人数	项目	人数	项目	人数	项目	人数
不喜欢专业	285(25.5)	重修或考试	309(27.6)	须按时上课	1 036(92.6)	准备出国考试	135(12.1)
学习方式变化	679(60.7)	转系	62(5.5)	学习内容加深	919(82.1)	学习内容单调	433(38.7)
学习时间紧	626(55.9)	准备期末考试	488(43.6)	学习环境改变	596(53.3)	学习困难	598(53.4)
考试失败	346(30.9)	学习并打工	262(23.4)	准备考研	219(19.6)	考试作弊	41(3.7)

注:()内数字为报告率/%。

2.2 少数民族大学生学业效能感 学习能力效能感和学习行为效能感 2 个维度的均值、中位数、众数均在 2.62 分左右。选择 2.5 及以上分值的累积比例为 60% 左右,但选择“3”分以上的比例分别为 27% 和 18%。表明少数民族大学生学业效能感总体居中。

学习能力效能感维度上,大一与大三、大四,大二和大四年级之间差异均有统计学意义,总体上表现为低年级高于高年级;行为效能维度的年级差异无统计学意义。在专业差异方面,文医、理医之间行为效能感差异具有统计学意义,总体上医科专业学生行为效能感低于其他专业;能力效能感的专业差异无统计学意义。城市生源大学生能力效能感高于农村学生,差

异有统计学意义。见表 2。

2.3 少数民族大学生学习倦怠 少数民族大学生学习倦怠 3 个维度均值分别为 2.83,2.92,2.70 分,趋近正态分布。3 分以上的高分选择中,成就感低(35.0%)明显低于情绪低落(43.6%)和行为不当(51.6%)。

对学习倦怠在年级、性别及生源维度上进行比较,大一和大二年级学生之间各维度差异均有统计学意义,成就感低在大一和大三年级之间差异有统计学意义(P 值均 <0.05)。男生情绪低落维度高于女生,成就感低维度低于女生,差异均有统计学意义。城市生源在情绪低落体验上高于农村生源学生,差异有统

计学意义。专业比较发现,工科和医科学生成就感低于其他专业(除术科),差异均有统计学意义(P 值均 <0.05),工、医科之间差异无统计学意义。见表 3。

表 2 不同人口统计学特征大学生学习效能感得分比较($\bar{x}\pm s$)

人口统计学指标	人数	统计值	能力效能	行为效能	
年级	一	534	2.70±0.55	2.65±0.38	
	二	274	2.66±0.57	2.61±0.36	
	三	212	2.56±0.49	2.60±0.33	
	四	83	2.49±0.58	2.60±0.37	
		F 值	5.610	1.578	
		P 值	0.000	0.178	
专业	文理	474	2.65±0.54	2.63±0.36	
	医	417	2.64±0.56	2.63±0.38	
		62	2.57±0.47	2.50±0.29	
		F 值	1.798	2.400	
		P 值	0.111	0.035	
生源	城市	250	2.74±0.60	2.63±0.37	
	农村	752	2.61±0.53	2.62±0.37	
			t 值	3.030	0.474
			P 值	0.003	0.635

注:部分数据信息有缺失值。

表 3 不同人口统计学特征少数民族大学生学习倦怠得分比较($\bar{x}\pm s$)

人口统计学指标	人数	统计值	情绪低落	行为不当	成就感低	
年级	一	534	2.81±0.84	2.88±0.64	2.61±0.67	
	二	274	2.43±0.77	2.99±0.63	2.77±0.68	
	三	212	2.80±0.75	2.95±0.62	2.79±0.61	
	四	83	2.75±0.75	2.91±0.59	2.77±0.60	
		F 值	1.381	1.563	4.395	
		P 值	0.239	0.182	0.002	
性别	男	331	3.03±0.81	2.97±0.60	2.62±0.70	
	女	748	2.73±0.79	2.90±0.65	2.72±0.64	
			F 值	5.460	1.554	-2.428
		P 值	0.000	0.120	0.015	
生源	城市	250	2.93±0.81	2.95±0.65	2.64±0.64	
	农村	752	2.79±0.79	2.91±0.62	2.72±0.66	
			t 值	2.418	1.024	-1.810
			P 值	0.016	0.306	0.071

注:部分数据信息有缺失值。

2.4 学习压力、学业效能感及学习倦怠的关系 表 4 表明,学习压力与学习倦怠的情绪低落维度呈正相关,学习能力效能感与行为不当、成就感低维度呈负相关,学习行为效能感与学习倦怠各维度均呈负相关(P 值均 <0.01)。学习压力与学业自我效能相关无统计学意义(P 值均 >0.05)。

表 4 少数民族大学生学习压力
学业效能感与学习倦怠的相关性(r 值, $n=1119$)

变量	情绪低落	行为不当	成就感低
学习压力	0.22**	0.04	-0.04
学习能力效能感	-0.01	-0.29**	-0.52**
学习行为效能感	-0.17**	-0.38**	-0.41**

注: ** $P<0.01$ 。

以学习压力、学习效能感为自变量,以学习倦怠为因变量,进行多因素线性回归分析。结果发现,学习压力、能力效能感能正向预测情绪低落,行为效能感能负向预测情绪低落。能力效能、行为效能负向预

测行为不当和成就感低。见表 5。

表 5 大学生学习压力学业效能感
与学习倦怠的多因素线性回归分析($n=887$)

因变量	预测变量	整体拟合指标			回归系数		
		R^2 值	F 值	P 值	β 值	t 值	P 值
情绪低落	学习压力	0.29	27.39	<0.01	0.07	6.50	<0.01
	能力效能				0.22	3.47	<0.01
行为不当	行为效能				-0.58	-6.26	<0.01
	能力效能	0.39	51.94	<0.01	-0.12	-2.49	0.01
行为效能	行为效能				-0.54	-7.74	<0.01
	能力效能	0.55	125.26	<0.01	-0.57	-12.66	<0.01
	行为效能				-0.21	-3.12	<0.01

3 讨论

少数民族大学生学习压力总体处于中等状态,但“学习困难”的特点却很明显,认为自己学习困难的学生高达 54.3%,认为“学习内容单调”的学生也较多。说明少数民族大学生在学习上存在比较普遍的问题,需要在学习的内容、方法等方面引起教育者进一步的思考和改变,与相关研究结果部分相似^[8-11]。

少数民族大学生学业自我效能感居中且稍偏高,主观的自我学业能力并不低。但随着年级的升高,能力自我效能感反而下降,可能反映出少数民族大学生学业追求和学校要求均不高,没有持续地努力和努力提高,自我效能感处于下降趋势。其次,依赖于自身能力完成学业(如术科)能使效能感提高,也说明少数民族大学生存在学习方法及策略积累不够的现象,同时与相关研究类似,也显示出学校教育管理的薄弱环节,没有针对少数民族大学生特点进行设置和教育^[12-15]。

少数民族大学生学习倦怠总体处于中等水平。“成就感低”高分值选择比例偏低,说明学习倦怠多表现在情绪低落和行为不当 2 个方面,如学习兴趣不高、不写作业等,个人学习成就感缺乏的普遍。究其原因,学校对少数民族大学生的学业要求及其本人的学业追求均不够高,即便在目前学业成绩不够理想的情况下,少数民族大学生并没有感到学习上的不满足。再者,学习倦怠总体在大二凸显出来,可能是因为从高考压力下解放出来,经过 1 年的适应和放松,大二正是既没有升学目标又没有明确未来的时间段,因此情绪、行为或成就感等均出现了明显的倦怠。少数民族大学生学习倦怠在男生、城市生源及困难专业(如工科、医科)的表现也提示出一定的特殊性,需要从教育的各个环节进行梳理。

从相关和回归分析结果看出,少数民族大学生学习压力、学习效能感与学习倦怠有密切的关系,影响学习积极性。提示学业效能感越高,不当的学习行为就越少,成就感也越高,说明高学业效能感能使学生自信水平较高、更善于管理自我行为,从而使学业趋

于良好,良性循环使得倦怠行为减少,情绪低落也就越少。因此,教育者可以从学习效能感入手提高少数民族大学生学习积极性。另外,能力效能感有可能会致情绪低落,这可能是总体学业要求和学生个人要求的矛盾所致,一些能力强要求高的少数民族大学生有着较高的学业追求,但总体学习氛围的影响和现实教育状况不能使其满意,实际要求与个人要求不符合,因而产生了负面情绪,也提醒相关教育者重视这一现象。

4 参考文献

- [1] 王玉楠.大学生学习倦怠与专业承诺、学习压力的相关性研究[D].长春:吉林大学,2014.
- [2] 曾红玲.非英语专业少数民族大学生英语自我效能感研究[D].南昌:南昌大学,2015.
- [3] 周晓梅.云南高校少数民族大学生英语学习困难因素探析[J].贵州民族研究,2012,33(3):197-201.
- [4] 林崇德.教育心理学[M].北京:人民教育出版社,2000:229-238.
- [5] 莫雷.教育心理学[M].北京:教育科学出版社,2007:255-273.
- [6] 高登峰.大学生学习压力、心理弹性、心理健康的关系研究[D].武汉:华中科技大学,2008.

- [7] 赵丹.大学生学业拖延、学业自我效能感与学习动机的关系研究[D].石家庄:河北师范大学,2013.
- [8] 焦炜,刘孟玥,张国艳.西北少数民族大学生学习适应状况调查研究:以甘肃省高校为例[J].高等理科教育,2012(5):83-88.
- [9] 兰文杰.少数民族大学生学习适应性与成就动机的关系研究[J].贵州师范大学学报(社会科学版),2013(2):138-141.
- [10] BROUGHAM R Z, MENDOZA C, MILLER C J. Stress, sex differences, and coping strategies among college students[J]. Curr Psychol, 2009(28):85-97.
- [11] 张金秀,李义安.应用心理学本科生专业承诺与学习倦怠的特点分析[J].当代教育论坛,2011(3):96-104.
- [12] 苏俊明.新疆高校俄语专业少数民族大学生的学习态度、动机和焦虑以及其对俄语成绩影响的调查分析[D].乌鲁木齐:新疆师范大学,2013.
- [13] 林青,周海英.新疆少数民族大学生汉语口头输出学习策略调查与分析[J].新疆教育学院学报,2014,30(4):9-15.
- [14] 左学玲.少数民族预科生学习适应现状及影响因素研究[D].长春:东北师范大学,2014.
- [15] 乌孜土尔克·巴格拉西,李军.新疆不同民族医学生学习动机、自主学习能力及影响因素分析[J].新疆医科大学学报,2015,38(4):520-523.

收稿日期:2016-10-25;修回日期:2017-02-09

(上接第 688 页)

另有研究显示,童年期不良经历与成年期抑郁密切相关,近期不良生活事件(如丧亲或患重大疾病)部分参与了对成年期抑郁症的调节^[10]。而本次研究未发现大学生上大学后的挫折经历与抑郁症有关,可能与本次调查的近期不良生活事件(如学业不佳、不适应学校生活等)导致的社会心理应激相对较轻有关。

本次研究中,37.2%的大学生有童年期不良经历。Van Dervegt 等^[11]对被收养者的调查显示,被收养者即使已经脱离了以前不良的生活环境,但由于童年期不良经历已经影响到他们的心理功能、脑功能以及自身调节能力的正常发展,童年期不良经历还是会对他们的心理精神健康产生危害。因此,必须积极关注有童年期不良经历的大学生,给予一定的心理辅导和社会支持,提高其心理韧性,预防或减少其出现抑郁情绪。同时,家庭、社会和学校应联合起来,早期避免儿童创伤经历,对有童年期不良经历者进行早期干预。

4 参考文献

- [1] WHO. Depression [EB/OL]. [2017-01-04]. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/en/>.
- [2] LI W, MENG X, XU Z, et al. Prevalence, correlates of major depression: A mental health survey among undergraduates at a mainland Chinese university[J]. Asia Pac Psychiatry, 2016, 8(3):206-214.
- [3] 魏熙.大学生抑郁症的原因及治疗概况[J].中国健康心理学杂志,2012,20(7),1049-1051.

- [4] NEMEROFF C B, BINDER E. The preeminent role of childhood abuse and neglect in vulnerability to major psychiatric disorders: toward elucidating the underlying neurobiological mechanisms[J]. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry, 2014, 53(4):395-397.
- [5] 周鄂生, QIN P, 杨旭, 等. 中国大学生抑郁症和自杀行为的研究进展[J]. 公共卫生与预防医学, 2007, 18(2):37-40.
- [6] 王智强, 汪蕾蕾, 韩娟, 等. 儿童期不良经历与成年后抑郁症的相关性研究[J]. 华中科技大学学报(医学版), 2016, 45(2):216-219, 233.
- [7] WILLIAMS L M, DEBATTISTA C, DUCHEMIN A M, et al. Childhood trauma predicts antidepressant response in adults with major depression: data from the randomized international study to predict optimized treatment for depression[J]. Transl Psychiatry, 2016, 6(5):e799.
- [8] BAILER J, WITTHÖFT M, WAGNER H, et al. Childhood maltreatment is associated with depression but not with hypochondriasis in later life [J]. J Psychosom Res, 2014, 77(2):104-108.
- [9] 彭红军, 李凌江. 伴早期创伤抑郁症: 抑郁症的一种功能亚型[J]. 国际精神病学杂志, 2012, 39(2):102-104.
- [10] ESPEJO E P, HAMMEN C L, CONNOLLY N P, et al. Stress sensitization and adolescent depressive severity as a function of childhood adversity: a link to anxiety disorders[J]. J Abnorm Child Psychol, 2007, 35(2):287-299.
- [11] VAN DERVEGT E J, TIEMAN W, VAN DER ENDE J, et al. Impact of early childhood adversities on adult psychiatric disorders: a study of international adoptees[J]. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 2009, 44(9):724-731.

收稿日期:2017-01-07;修回日期:2017-02-13