

高中生心理韧性与学业焦虑的关系研究

邓怡娟

成都天立学校

DOI:10.12238/jief.v6i4.9004

[摘要] 本研究旨在探讨家庭文化资本、心理韧性与学业焦虑之间的关系。对四川省某中学高一至高二年级639名学生进行问卷调查。结果显示: 家庭文化资本与学业焦虑之间存在显著负相关, 与心理韧性存在显著正相关; 心理韧性与学业焦虑呈显著负相关。研究表明, 心理韧性在家庭文化资本与学业焦虑之间发挥显著的中介作用。这些发现不仅为理解学业焦虑的心理社会机制提供了新见解, 对学校心理健康教育和家庭教育实践提供了科学依据。

[关键词] 家庭文化资本; 心理韧性; 学业焦虑

中图分类号: G718.2 **文献标识码:** A

The Relationship Between Family Cultural Capital, Psychological Resilience, and Academic Anxiety among High School Students

Yijuan Deng

Chengdu Tianli Academy

[Abstract] This study investigates the interrelations among family cultural capital, psychological resilience, and academic anxiety. Through a survey of 639 students from first to second grade of a high school in Sichuan Province. The results indicate a significant negative correlation between family cultural capital and academic anxiety, and a positive correlation with psychological resilience. Furthermore, psychological resilience significantly mediates the relationship between family cultural capital and academic anxiety. These findings not only provide new insights into the psycho-social mechanisms of academic anxiety but also offer a scientific basis for school psychological health education and family educational practices.

[Key words] Family Cultural Capital; Psychological Resilience; Academic Anxiety

引言

学业焦虑是高中生中普遍存在的心理现象, 对学生的学习成绩、心理健康及未来的职业发展都有显著影响。研究表明, 适度的压力有助于学生发展, 但过度的焦虑可能导致成绩下降、情绪问题和身心健康受损。在影响学业焦虑的诸多因素中, 原生家庭背景尤其值得关注。家庭文化资本, 如父母教育水平、家庭结构和文化活动参与等因素, 不仅直接影响学生的学业表现, 还通过塑造其价值观和应对策略, 间接影响心理健康。然而, 现有研究往往忽略了家庭文化资本(孙银莲, 2006)^[1]对学业焦虑的复杂影响过程。

家庭文化资本对学生心理发展的作用也得到了广泛关注。Ritter(2005)^[2]的研究表明, 父母的教养方式不同, 会导致青少年在心理韧性上的差异。父母的教育方式和情感态度对心理韧性有直接影响, 过度保护和拒绝行为会降低青少年的心理韧性水平。这些研究表明, 家庭文化资本通过提供积极的支持环境和文化资源, 有助于心理韧性的培养。家庭文化资本的丰富性为学生提供了更多的应对策略和情感支持, 有助于提高他们在面对

压力时的适应能力和恢复能力。基于上述论述, 提出研究假设:

(1) 家庭文化资本与学业焦虑之间的负相关关系: 家庭文化资本水平越高, 高中生的学业焦虑程度越低; (2) 家庭文化资本与心理韧性之间的正相关关系: 家庭文化资本越丰富, 高中生的心理韧性越强。心理韧性作为一种积极应对挫折和挑战的心理特质, 心理韧性与学业焦虑之间存在显著的负相关关系。唐娇等(2022)^[3]发现, 心理韧性较高的学生在学业压力下更少产生焦虑情绪。刘晓凤(2022)^[4]进一步证明, 心理韧性在学习压力与心理健康之间起到了重要的中介作用。其他研究者(魏俊明&付桂芳, 2022)^[5]也发现, 较高的心理韧性能够缓解因生活压力而引发的焦虑。周宏儒(2022)^[6]研究表明, 心理韧性在负性生活事件与考试焦虑之间起到部分中介作用。基于上述分析, 提出以下假设: (3) 心理韧性与学业焦虑之间的负相关关系: 心理韧性越强, 高中生的学业焦虑越低; (4) 心理韧性的中介作用: 心理韧性在家庭文化资本与学业焦虑之间起到部分中介作用。

1 研究方法

1.1 研究对象

本研究采用方便取样法,选取四川省某中学高一至高二年级学生为研究对象,共发放纸质问卷674份,回收670份,回收率为99.4%。经筛选后,有效问卷为639份,有效率为94.8%。

1.2 测量工具

1.2.1 家庭文化资本问卷: 基于《家庭环境量表中文版(FES-CV)》并参照布迪厄的文化资本维度,调整设计了问卷。题项分为三类: 制度化文化资本、身体化文化资本和客观化文化资本。采问卷的信度(α 系数)为0.939,表明其具有良好的信度。

1.2.2 青少年心理韧性量表: 采用胡月琴和甘怡群编制的青少年心理韧性量表^[7],包含27个项目,分为五个维度: 情绪控制、目标专注、人际协助、积极认知和家庭支持。本研究量表的Cronbach's α 系数为0.786,具有较好的内部一致性。

1.2.3 高中生学业焦虑量表: 采用谢明强(2017)编制的《高中生学业焦虑量表》^[8],包括18个项目,涵盖学业评价焦虑、学业成绩焦虑和学业情境焦虑三个维度。其Cronbach's α 系数为0.906, Guttman 半分系数为0.845,显示出较高的可靠性。

1.3 数据处理

数据收集后,使用SPSS 26.0软件进行数据处理和统计分析。

1.4 共同方法偏差检验

为避免共同方法偏差,本研究在问卷填写时确保匿名性和统一指导。在数据分析前,使用Harman单因素检验法进行检验。结果显示,特征根大于1的因子有15个,第一因子解释率为30.90%,小于40%的临界值,说明不存在严重的共同方法偏差。

2 实证研究结果及其分析

2.1 各变量相关分析

对高中生家庭文化资本、学业焦虑和心理韧性三个变量进行Pearson相关分析,从表1中可以看出,高中生家庭文化资本、学业焦虑和心理韧性三个变量间两两存在相关关系,且相关关系显著($p < 0.01$)。

表1 高中生家庭文化资本、学业焦虑和心理韧性的相关分析

变量	家庭文化资本	学业焦虑	心理韧性
家庭文化资本	1		
学业焦虑	-0.162**	1	
心理韧性	0.513**	-0.425**	1

注: *代表 $p < 0.05$, **代表 $p < 0.01$, ***代表 $p < 0.001$,下同

结果显示,家庭文化资本与学业焦虑之间存在轻度负相关($\beta = -0.162$),即家庭文化资本条件越好,学业焦虑的可能性相对较低。家庭文化资本与心理韧性之间存在中度正相关($\beta = 0.513$),即高中生家庭文化资本条件越好,心理韧性也相对较高。学业焦虑与心理韧性之间存在中度负相关($\beta = -0.425$),即学业焦虑越高,说明心理韧性越低。

2.1.1 家庭文化资本与学业焦虑的相关分析。根据表2可以看出高中生家庭文化资本对学业焦虑具有显著的预测作用。

当用家庭文化资本来预测高中生的学业焦虑水平时,如下表2所示,标准化回归系数 β 为-0.162,表示家庭文化资本与学业焦虑呈负相关,即家庭功能越好,学业焦虑越低。家庭文化资本对学业焦虑具有负向预测作用,具体表现为高中生的家庭文化资本越好,其考试的焦虑水平越低。

表2 家庭文化资本对学业焦虑的回归分析

因变量	预测变量	β	t	R^2	Radj ²	F
学业焦虑	家庭文化资本	-0.162	-3.531**	0.083	0.041	19.729**

2.1.2 家庭文化资本与心理韧性的相关分析。如表3所示,标准化回归系数 β 为0.513, t 值为17.201, $p < 0.001$,这意味着家庭文化资本与心理韧性之间存在显著正相关关系。模型的解释 R^2 为0.285,调整后的Radj²为0.283, F 值为299.529,这些统计指标均表明模型具有较高的拟合度和预测能力。综合来看,家庭文化资本在预测心理韧性方面具有显著的影响。

表3 家庭文化资本对心理韧性的回归分析

因变量	预测变量	β	t	R^2	Radj ²	F
心理韧性	家庭文化资本	0.513	17.201***	0.285	0.283	299.529**

2.1.3 心理韧性与学业焦虑的相关分析。由表4可以看到,心理韧性的标准化回归系数为 β 为-0.425, t 值为-13.152,显著性水平达到0.001,表明心理韧性与学业焦虑呈显著负相关。综合来看,心理韧性在缓解学业焦虑方面具有显著的作用。

表4 心理韧性对学业焦虑的回归分析

因变量	预测变量	β	t	R^2	Radj ²	F
学业焦虑	心理韧性	-0.425	-13.152***	0.175	0.169	152.642

2.2 中介效应检验

为进一步检验家庭文化资本、心理韧性和学业焦虑之间的中介效应,本研究采用Bootstrap方法,通过SPSS的PROCESS宏程序进行分析。结果显示,家庭文化资本对心理韧性有显著正向影响(路径系数=0.26),心理韧性对学业焦虑有显著负向影响(路径系数=-0.43),而家庭文化资本对学业焦虑的直接影响较弱(路径系数=-0.09),如图1所示。这表明,心理韧性在家庭文化资本与学业焦虑之间起到了显著的中介作用。具体而言,一个更加稳固的家庭文化资本环境可能会增强个体的心理韧性,从而降低其学业焦虑水平。

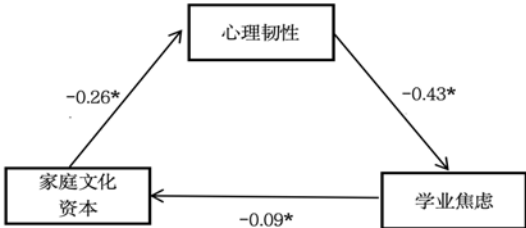


图1 中介作用模型

表5 心理韧性的中介效应表

效应	效应值	Boot SE	LLCL	ULCL	P	效应比
总效应	-0.207	0.023	-0.246	-0.162	0.000	100%
直接效应	-0.112	0.022	-0.147	-0.083	0.000	56.14%
简单效应	-0.095	0.015	-0.123	-0.051	0.000	43.86%

表5的结果显示,总效应为-0.207,直接效应为-0.112,占总效应的56.14%,间接效应为-0.095,占总效应的43.86%,置信区间均不包含0,进一步验证了心理韧性的中介效应显著性。

3 讨论

3.1家庭文化资本与学业焦虑的关系讨论

家庭文化资本对学业焦虑具有显著的负向预测作用,增强的家庭教育资源、文化活动参与度及家庭成员间的文化交流均有效降低了学生的学业焦虑。这些因素可能通过提供更多的学习支持和心理安全感,从而缓解了学生的学业压力。进一步分析发现,家庭文化资本的不同维度(如家庭教育背景和文化活动参与)通过不同机制影响学业焦虑,例如家庭教育背景可能影响家长对子女学业的期望和支持方式,间接影响学生的焦虑水平;而文化活动的参与可能直接为学生提供情感释放的途径,有助于缓解学业压力。

3.2家庭文化资本与心理韧性的关系讨论

研究数据揭示了家庭文化资本与心理韧性之间的显著正相关关系,显示家庭文化资本的增强与心理韧性的提高具有正向预测关系,与宋阳(2012)^[9]的研究结果相符。家庭文化资本的丰富为高中生提供了丰富的心理支持和资源,如教育资源、情感支持及问题解决策略,这些都是培养心理韧性的关键因素。

3.3心理韧性与学业焦虑的关系讨论

心理韧性与学业焦虑之间的显著负相关关系强调了心理韧性在教育心理学领域的重要性。本研究结果显示心理韧性较高的学生在面对学业挑战时能更好地调整情绪和应对压力,从而有效降低学业焦虑。这一发现为学校心理健康教育提供了新的视角和干预策略,强化了心理韧性培养在减轻学业压力和提升学业表现中的作用。

4 研究结论

本研究通过综合分析高中生家庭文化资本、学业焦虑与心理韧性之间的关系,以及团体心理辅导干预的效果,得出了以下重要结论:家庭文化资本对高中生的心理韧性和学业焦虑具有显著影响。具体而言,家庭文化资本与心理韧性呈现正相关,与学业焦虑呈负相关,表明一个丰富的家庭文化环境能显著提升青少年的心理韧性并有助于减轻他们的学业焦虑。这一发现突出了家庭环境在青少年心理发展中的核心作用,尤其是在培养心理韧性和缓解学业压力方面。

【参考文献】

[1]孙银莲.论家庭文化资本对学生成长的影响[J].湖南师范大学教育科学学报,2006(04):44-46.

[2]RITTER E N.(2005).Parenting styles:their impact on the development of adolescent resiliency[M].Minneapolis:CapeIla University,35-38.

[3]唐娇.心理韧性在眼科护士工作家庭冲突对职业倦怠影响中的中介作用[J].职业与健康,2022,38(14),1893-1897+1901.

[4]刘晓凤.家庭冲突、心理韧性与青少年早期抑郁情绪发展的关系[D].(博士论文).深圳大学,2022.

[5]魏俊明,付桂芳.父母教养方式对大学生职业自我效能感的影响:心理韧性的中介作用[J].教育生物学杂志,2022,10(05):374-379+386.

[6]周宏儒.初中生家庭教养方式、自我效能感与心理韧性的关系研究(博士论文)[D].河北大学,2022.

[7]胡月琴,王瑞明,陈祖贵.青少年心理韧性量表的编制与应用[J].中国心理卫生杂志,2008,22(8):602-605.

[8]谢明强.高中生学业焦虑量表[J].医学与社会,2017,(08):48-49.

[9]宋阳.家庭背景、父母期望与子女高中教育获得性别差异[D].南京大学,2012.

作者简介:

邓怡娟(1985--),女,汉族,四川成都人,成都市郫都区天立学校,硕士研究生,研究方向:学生发展与教育方向。