

主动职业生涯行为与未来时间洞察力的关系分析

——心理弹性的中介作用

李丹

昆明幼儿师范高等专科学校

DOI:10.12238/mef.v7i7.8725

[摘要] 随着就业压力剧增,大学生在规划职业生涯时往往感到困惑和面临诸多挑战,确定职业目标时常陷入迷茫。为探讨心理弹性在未来时间洞察力对大学生主动职业生涯行为中的中介作用,本研究使用主动职业生涯行为量表、一般未来时间洞察力量表和心理学弹性量表,通过分析 234 名大学生的样本数据,得出以下结果:大学生未来时间洞察力对主动职业生涯有显著的正向的预测作用,心理弹性对未来时间洞察力和主动职业生涯之间的关系有显著的中介作用。

[关键词] 大学生; 主动职业生涯行为; 未来时间洞察力; 心理弹性

中图分类号: G635.5 **文献标识码:** A

Analysis of the relationship between college students' active career behavior and future time insight

——The mediating role of psychological resilience

Dan Li

Kunming Preschool Teachers College

[Abstract] With the rapid increase of employment pressure, college students often feel confused and face many challenges when planning their career, and they are often confused when determining their career goals. To explore the psychological elasticity in the future time insight on the intermediary role of active career behavior, this study using active career behavior scale, general future time insight scale and psychological resilience scale, through the analysis of 234 students sample data, the following results: college students' future time insight on active career has significant positive prediction, resilience of future time insight and the relationship between active career has a significant intermediary role.

[Key words] active career behavior; future time insight; psychological resilience

引言

随着就业压力的增大,大学生在职业生涯规划时往往感到迷茫和困惑,面临确立职业目标的挑战。主动职业生涯行为包含生涯规划、技能发展、人际网络和生涯咨询等不同的子概念^[1]。大学生的主动职业生涯行为有助于提升技能、规划发展路线,为实现梦想铺路。黄希庭首次提出,时间洞察力是个体在时间认知、感受和取向方面的一种人格特征,它同时也是一种能力特征和动力特征^[2]。陈永进提出未来时间洞察力是个体在当前时刻规划、组织未来目标,以及对未来进行预期和构建的一种人格属性^[3]。未来时间洞察力是个体对将来的敏锐感知与预判,是个体目标设定和行为选择的重要能力。个体在遭遇逆境时能够恢复和适应的能力称为心理弹性。研究表明,这种能力如同个

体的内在保护伞,有助于他们在面对挫折、悲伤、压力、应激等重大刺激时保护精神健康^[4]。未来时间洞察力较高的个体表现出更强的自我调控能力;保持积极未来观的孤独症儿童家长在面对挑战时能展现的心理韧性,可获得心灵慰藉^[5],同样,心理韧性较强的高校学生能有效修复压力造成的心理损伤,并优化个人职业发展规划路径^[6]。综上,研究心理弹性在未来时间洞察力对大学生主动职业生涯行为的中介作用,有助于他们积极应对就业挑战,实现职业生涯的构想到实现。本研究假设:大学生未来时间洞察力对主动职业生涯行为存在正向的预测作用,心理弹性在两者的关系中能起到显著中介效应。

1 研究设计

1.1 研究对象

通过随机抽样技术在云南省的一所大专院校中,选取学生做问卷调查,共计发放272份问卷,并成功回收了234份有效问卷,有效回收率达到了86.03%。在这些参与者中,男性学生人数为82人,占总数的35.04%,而女性学生人数为152人,占总数的65.96%。文科101人,占43.16%;理科89人,占38.03%;艺术44人,占18.80%。大一95人,占40.60%;大二84人,占35.89%;大三55人,占23.50%。

1.2研究工具

1.2.1主动职业生涯行为量表。本研究采用了Strauss等学者^[7]改编的主动职业生涯行为量表,该量表由13个条目组成,涵盖了生涯规划、技能提升、职业咨询和网络搭建四个方面,用于评估个人的职业主动性行为。量表采用Likert5分制(1分到5分)进行评分,得分越高,表明个人的职业主动性行为越明显。在本研究中,量表的内部一致性信度系数(α 系数)为0.931。

1.2.2未来时间洞察力量量表。本研究运用了宋其争研制的一般未来时间洞察力量表^[8]。这个量表包含了20个项目,包含五个维度:行为承诺、未来效能、远目标导向、目的意识和未来意向。量表的评分采用Likert 5级评分制(0到4分),分数越高,表示个体的一般未来时间洞察力越弱。在本研究中,该量表的总体信度系数(α 系数)为0.929。

1.2.3心理弹性量表。本研究选取了张建新、余肖楠等人^[9]修订的心理弹性量表,该量表包含25个项目,并依据三个子维度——坚韧性、力量性和乐观性来进行评估。量表的评分采用Likert 5点制(0到4分),分数越高,意味着心理弹性的水平越低。在本研究中,该量表的总体信度系数(α 系数)为0.931。

所有数据使用SPSS23.0软件进行分析。

2 结果分析

2.1总体情况

研究显示,大学生在未来时间洞察力上得分较高($M=2.99$),且得分显著($p<0.001$)高于理论中值。特别是在未来效能和未来意象得分上表现突出,在目的意识上得分较低。按照得分从高到低为:未来效能、行为承诺、远目标定向、未来意象,目的意识。大学生在主动规划职业生涯方面表现良好,平均分($M=3.62$)超过中等水平,尤其在生涯规划方面得分最高($M=3.71$)。同时,他们在心理弹性($M=2.61$)方面也展现出了相对较强的能力。

2.2人口学变量上的差异

性别、专业和年级差异分析显示,男生在多项未来时间洞察力指标、主动职业生涯行为和心理弹性方面显著优于女生。专业上,文科生在目的意识和未来意向方面得分高于理科和艺术类学生,但专业差异在主动职业生涯行为和心理弹性上不显著。年级方面,未来时间洞察力随年级上升而提高,尤其在三年级学生中表现明显,而心理弹性也随年级增长呈现上升趋势,不同年级间存在显著差异。

2.3中介作用分析

2.3.1大学生未来时间洞察力、主动职业生涯行为和心理弹

性的相关性。如表1数据显示,未来时间洞察力、心理弹性和主动职业生涯行为三者之间都存在着显著的正相关。

表1 总分的相关矩阵

	未来时间洞察力	主动职业生涯行为	心理弹性
未来时间洞察力	1		
主动职业生涯行为	0.701**	1	
心理弹性	0.708**	0.749**	1

从表2可知,未来时间洞察力的分维度——行为承诺、未来效能、远目标定向、目的意识和未来意象,心理弹性的分维度——坚韧性、力量性、乐观性,以及主动职业生涯行为的分维度——生涯规划、发展技能、生涯咨询和建构网络,它们之间两两都展现出了显著的正向关联,数据详见表2。

表2 三个量表各维度的相关矩阵

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1											
2	0.638**	1										
3	0.627**	0.055**	1									
4	0.294**	0.372**	0.213**	1								
5	0.427**	0.452**	0.436**	0.379**	1							
6	0.688**	0.665**	0.612**	0.265**	0.348*	1						
7	0.702**	0.684**	0.570**	0.322**	0.401*	0.857**	1					
8	0.484**	0.498**	0.428**	0.138**	0.217*	0.685**	0.671**	1				
9	0.627**	0.617**	0.633**	0.272**	0.363*	0.702**	0.658**	0.504**	1			
10	0.541**	0.498**	0.556**	0.163**	0.299*	0.630**	0.563**	0.462**	0.754**	1		
11	0.632**	0.603**	0.648**	0.274**	0.357*	0.697**	0.662**	0.518**	0.801**	0.715**	1	
12	0.605**	0.552**	0.595**	0.256**	0.364*	0.682**	0.641**	0.498**	0.778**	0.764**	0.754**	1

注:1行为承诺;2未来效能;3远目标定向;4目的意识;5未来意象;6坚韧性;7力量性;8乐观性;9生涯规划;10发展技能;11生涯咨询;12建构网络

2.3.2未来时间洞察力、心理弹性和主动职业生涯行为的中介作用。本研究以未来时间洞察力为自变量,主动职业生涯行为为因变量,考察心理弹性的中介作用。为了确定中介作用的情况,研究运用了Bootstrap方法,进行了5000次随机抽样计算。

如图1的研究成果显示,结果都是标准化的回归系数。未来时间洞察力对心理弹性有显著的正面预测效果($\beta=0.672, p<0.001$),心理弹性对主动职业生涯行为同样有显著的正面预测效果($\beta=0.249, p<0.001$),并且未来时间洞察力对主动职业生涯行为还有直接的显著正面预测作用($\beta=0.197, p<0.001$)。

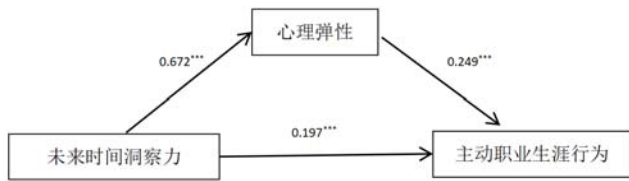


图1 中介作用结构模型

在进行中介效应的进一步分析时,可见中介效应相对于直接效应的比例为84.94%。另外,中介效应在总体效应中所占的比例为39.28%。

表3 心理弹性中介效应的各项拟合指标

NFI	CFI	GFI	χ^2	χ^2/df	RMSEA
0.87	0.93	0.91	67.54	5	0.013

从表3可知,CFI和NFI均接近0.9,而GFI大于0.9。此外,RMSEA为0.013,而 χ^2/df 为5,这些指标综合表明模型的整体拟合程度是适当的。

3 讨论

3.1 总体情况讨论

综合来看,大学生在未来时间洞察力、主动职业生涯行为和心理健康方面的表现普遍位于中等偏上水平。研究指出,大学生在未来效能和未来意象两个维度的得分相对较高,意味着他们对未来的设计和期望有所认知和准备。同时,研究还发现男性学生在未来时间洞察力以及相关维度上的得分高于女性学生,显现出在职业规划观念上男女之间的差异。在大学生进行职业规划的过程中,心理弹性的作用不容忽视。

3.2 人口统计学变量特征讨论

总的来说,大学男生在未来时间洞察力、心理弹性和主动职业生涯行为方面的表现普遍优于女生,性别差异显著。女生的得分低于男生,这与职场性别偏见现象一致。由于男女专业的选择差异,以及社会传统观念的影响,可能是导致这种差异的原因。

3.3 未来时间洞察力、心理弹性和主动职业生涯行为的相关分析讨论

由表1可知,未来时间洞察力、心理弹性和主动职业生涯行为之间和各维度之间两两都呈显著正相关,成功验证了本研究假设。未来时间洞察力与主动职业生涯行为在总分以及各个细分层面上都表现出显著的正面相关性。凸显了未来时间洞察力在大学生主动职业规划中的关键作用。未来时间洞察力与心理弹性的总分及其各个维度显著正相关,这与Indirasari等人^[10]的研究结论相符合。心理弹性与主动职业行为之间存在正相关,说明个体在职业道路上的积极行动与其心理资源的有效利用紧密相关。

3.4 心理弹性的中介效应分析

如图1所示,未来时间洞察力与主动职业生涯行为的关系中,心理弹性的中介效应显著,直接效应也显著,说明心理弹性对主动职业生涯行为起部分中介作用,与Luthans F等人的研究一致^[11]。并且心理弹性的中介作用都大于直接作用,这充分说明,

大学生积极参与职业规划,不仅寄望未来,也因能迅速克服困难持续前行。这种恢复力帮助他们面对职业挑战保持积极和坚持,展现了他们对未来的信念和坚强意志。

未来时间洞察力对主动职业生涯行为有显著的直接预测作用,成功验证本研究的假设。

说明大学生需具备前瞻性,既要把握现在又要规划未来,设定目标并付诸行动,以成果验证规划,这对应对未来挑战至关重要。

4 结论

大学生未来时间洞察力对主动职业生涯有显著的正向的预测作用,心理弹性中介了未来时间洞察力和主动职业生涯之间的关系。

【参考文献】

- [1]Hirschi A,Freund P A,Herrmann A.The career engagement scale:Development and validation of a measure of proactive career behaviors[J].Journal of career assessment,2014,22(4):575-594.
- [2]黄希庭.论时间洞察力[J].心理科学,2004(01):5-7.
- [3]陈永进.目标设置理论中的未来时间洞察力[J].菏泽学院学报,2005(02):64-67.
- [4]Ristevska-Dimitrovska G,Stefanovski P,Smichkoska S,etal. Depression and resilience in breast cancer patients[J].Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences,2015,3(4):661.
- [5]邱俊杰,郑剑虹.领悟社会支持与自闭症儿童父母幸福感的关系——心理韧性的中介作用[J].岭南师范学院学报,2021,42(06):1-9.
- [6]王振华.基于不同心理弹性大学生的职业生涯指导思考[J].高校辅导员学刊,2012,4(02):77-80.
- [7]Strauss K,Griffin M A,Parker S K. Future work selves: how salient hoped-for identities motivate proactive career behaviors[J].Journal of applied psychology,2012,97(3):580.
- [8]宋其争.大学生未来时间洞察力的理论和实证研究[D].西南师范大学,2004.
- [9]Yu X,Zhang J.Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale(CD-RISC) with Chinese people[J].Social Behavior and Personality: an international journal,2007,35(1):19-30.
- [10]Indirasari D T,Purba D E,Anindita R.Future time perspective and turnover intention:The mediating role of resilience[J].Psikohumaniora:Jurnal Penelitian Psikologi,2019,4(1):1-12.
- [11]Luthans F,Youssef C M. Human, Social, and Now Positive Psychological Capital Management:INVESTING IN PEOPLE FOR COMPETITIVE ADVANTAGE[J].Elsevier Science,2004(2).

作者简介:

李丹(1990—),女,彝族,云南个旧人,硕士,昆明幼儿师范高等专科学校,心理学。