

心理压力源、社会支持、应对方式的对比研究*

——基于听障大学生与普通大学生

万 谊

(南京特殊教育师范学院 江苏南京 210038)

摘要:目的:对比听障大学生和普通大学生心理压力源、社会支持以及应对方式,更深入地了解听障大学生心理压力的特点。
方法:采用大学生心理压力源量表、社会支持量表和大学生应对方式量表。结果:听障大学生与普通大学生在心理压力源方面无差异,在社会支持和应对方式上存在差异。

关键词:心理压力源 社会支持 应对方式 听障大学生 普通大学生

中图分类号: G642.0 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.44.196

随着我国社会经济文化的急剧发展和变化,大学生在学业、就业、情感、经济等方面面临巨大的压力。压力是指个体在面对自身认为较难应付的情况时所产生的—种应激状态,它是人和环境相互作用的结果^[1]。面对压力时采用何种应对方式、是否有良好的社会支持系统都会影响大学生因压力产生的心理冲突。目前,关于大学生心理压力与心理健康的研究较多,有关心理压力源与应对方式、社会支持关系也备受关注。但绝大多数是针对普通大学生的研究。自《特殊教育提升计划(2014—2016年)》发布以来,残疾人受教育机会不断增多。越来越多的听障大学生走进高校,接受高等教育。本研究通过对比听障大学生和普通大学生心理压力源、社会支持以及应对方式,更深入地了解听障大学生心理压力的特点,并为有效开展高等特殊教育提供参考。

一、对象与方法

(一)对象

通过随机抽样方法,在南京市两所高等学校的大一到大四的学生中抽取700名学生进行测试。其中听障大学生和普通大学生各350名。共收回有效问卷646份,有效率为92.3%。有效问卷中听障大学生323名,普通大学生323名。

(二)方法

- 1.一般人口学资料包括性别、年级、地域、是否独生子女等。
- 2.大学生心理压力源量表,依据崔丽娜^[2]设计的《大学生

心理危机调查问卷》,结合听障大学生情况进行修订,正式问卷共25题,分五个维度:学业压力;个体身体情况压力;家庭与经济压力;社会与人际关系压力;意外事件压力。问卷采用五级评分,包括“无压力”“轻度压力”“中度压力”“重度压力”“极重压力”五个等级。从轻到重依次计分0—4分,问卷维度的Cronbach's α 系数为0.921,说明该问卷信度较高。

3.社会支持量表,采用由肖水源编制,评估被调查者的所得到社会支持的情况。该量表共有客观支持、主观支持和对支持的利用度三个维度,共10个条目。其中8个条目采用4级评分法,另外两个条目中,选择“无任何来源”记录为0分,回答“下列来源”时,有几个来源则为几分。总得分和各分量表得分越高,说明社会支持程度越高。

4.大学生应对方式问卷,该问卷在崔丽娜^[2]编订的《大学生应对方式》问卷上根据听障大学生特点做修改。问卷共有16个条目,包括解决问题、寻求支持、期望和逃避四个维度。采用五分记分法,0—4代表从“很不符合”到“非常符合”。分数越高,代表倾向于此危机应对方式的程度越强。问卷维度的Cronbach's α 系数为0.870,说明该问卷的信度符合心理测量学的要求。

(三)统计学分析

将原始数据录入SPSS18.0对数据进行描述性分析、卡方检验、t检验等。

*基金项目:江苏省教育科学“十三五”规划2016年度高教立项课题“融合教育背景下残障大学生心理危机预警机制与干预的研究”(D/2016/01/108)。

二、结果

(一) 一般情况比较

1.听障大学生。男性 119 例 (36.84%), 女性 204 例 (63.16%), 女: 男=1.71 : 1; 大学一年级 120 例 (37.15%)、大学二年级 119 例 (36.84%)、大学三年级 45 例 (13.93%)、大学四年级 39 例 (12.07%); 来自城市的大学生 141 例 (43.65%)、来自农村的大学生 182 例 (56.35%); 独生子 117 例 (36.22%)、非独生子 206 例 (63.78%)。2.普通大学生。男性 116 例 (35.91%), 女性 207 例 (64.09%), 女: 男=1.78: 1; 大学一年级 116 例 (35.91%)、大学二年级 104 例 (32.20%)、大学三年级 57 例 (17.65%)、大学四年级 46 例 (14.24%); 来自城市的大学生 152 例 (47.06%)、来自农村的大学生 171 例 (52.94%); 独生子 125 例 (38.70%)、非独生子 198 例 (61.30%), 见表 1。听障大学生和普通大学生两组比较, 性别、年级、地域以及是否独子四个情况构成差异均有统计学意义。

表 1 听障大学生与健听大学生一般情况比较

一般情况	听障大学生		健听大学生		c2	p 值
	例数	构成比 (%)	例数	构成比 (%)		
性别						
男性	119	36.84%	116	35.91%	47.95	< 0.001
女性	204	63.16%	207	64.09%		
年级						
大学一年级	120	37.15%	116	35.91%	115.94	< 0.001
大学二年级	119	36.84%	104	32.20%		
大学三年级	45	13.93%	57	17.65%		
大学四年级	39	12.07%	46	14.24%		
地域						
城市	141	43.65%	152	47.06%	5.573	< 0.05
农村	182	56.35%	171	52.94%		
是否独生						
独生子	117	36.22%	125	38.70%	40.625	< 0.001
非独生子	206	63.78%	198	61.30%		

(二) 心理压力源比较

听障大学生和普通大学生两组在个体身体情况压力方面有显著性差异 ($t=-3.9611, P < 0.001$), 听障大学生组得分 (10.79 ± 5.10) 高于普通大学生组 (9.38 ± 3.87)。在学业压力、家庭与经济压力、社会与人际关系压力以及意外事件压

力四个维度方面两组得分比较中没有统计学差异, 见表 2。

(三) 应对方式比较

以应对总分和四个维度 (解决问题、逃避、寻求帮助、期望幻想) 为统计学指标, 听障大学生和普通大学生两组在解决问题 ($t=-4.4691, P < 0.001$)、逃避 ($t=-3.4143, P < 0.001$) 两个方面得分比较存在着统计学差异, 且听障大学生组高于普通大学生组; 在寻求帮助方面 ($t=6.3397, P < 0.001$) 两组比较也存在显著性差异, 听障大学生组 (6.20 ± 2.47) 低于普通大学生组 (7.55 ± 2.93) 得分; 在期望幻想维度方面, 两组数据比较中没有统计学差异, 见表 2。

(四) 社会支持比较

以社会支持总分和两个维度 (客观支持、主观支持、对支持的利用度) 分为统计指标, 两组在社会支持总分 ($t=-2.7040, P < 0.01$)、主观支持分 ($t=-3.7942, P < 0.001$) 比较中差异有统计学意义, 且听障大学生组高于普通大学生组; 2 组在客观支持维度、对支持的利用度维度比较中没有统计学差异, 见表 2。

表 2 听障大学生与普通大学生组之间各量表得分比较

因素	听障大学生		普通大学生		t 值	p 值
	($\bar{X} \pm S$)	($\bar{X} \pm S$)	($\bar{X} \pm S$)	($\bar{X} \pm S$)		
学业压力	8.70 ± 4.09	8.22 ± 3.85	-1.5452	0.1228		
个体身体情况压力	10.79 ± 5.10	9.38 ± 3.87	-3.9611	< 0.001		
家庭与经济压力	9.99 ± 4.29	9.25 ± 4.16	-2.2438	0.0252		
社会与人际关系压力	8.78 ± 4.24	8.34 ± 4.26	-1.3042	0.1926		
意外事件压力	8.55 ± 4.63	8.02 ± 4.61	-1.4647	0.1435		
解决问题	9.24 ± 3.84	8.00 ± 3.15	-4.4691	< 0.001		
寻求帮助	6.20 ± 2.47	7.55 ± 2.93	6.34	< 0.001		
逃避	8.44 ± 3.08	7.63 ± 2.98	-3.4143	< 0.001		
期望幻想	7.91 ± 3.34	7.41 ± 3.14	-1.9666	0.0497		
社会支持总分	33.07 ± 6.78	31.54 ± 7.54	-2.7040	< 0.01		
客观支持分	7.81 ± 3.27	7.68 ± 3.76	-0.4917	0.6231		
主观支持分	18.59 ± 4.25	17.08 ± 5.72	-3.7942	< 0.001		
对支持的利用度	6.67 ± 1.83	6.79 ± 1.92	0.7751	0.4385		

结语

本研究一般资料统计结果显示, 听障大学生与普通大学生在性别、年级、地域以及是否独子四个情况构成差异均有统计学意义, 这为本研究的结果更具说服力提供基础。

心理压力源即可能导致心理压力发生的各种应激事件,

主要是人们在日常生活中所经历的各种生活事件。本研究显示,听障大学生与普通大学生心理危机源五个因子的排序一致,由强到弱依次是个体身体情况压力、家庭与经济压力、社会与人际关系压力、学业压力、意外事件压力。可能原因是本研究两组样本均来自两所融合教育的高等学校。在融合教育模式下,听障大学生融入程度也不断提高。听障大学生与普通大学生一起学习和生活,享受共同的学习资源和受教育权利,面临共同的压力事件,因此产生的心理压力源也大体一致。同时在学业压力、家庭与经济压力、社会与人际关系压力、重大与突发性事件压力方面两组不存在显著性差异,主要原因可能是在融合模式下,学校针对听障学生的学习特点对教学内容、形式和方法进行调整,减少他们学习的困难;听障大学生和普通大学生交往的机会很多,增加了聋健群体的相互了解,彼此的接纳程度高;政府和学校对听障大学生,特别是贫困生给予经济上的补助;重大与突发性事件具有不可预测性,对听障大学生和普通大学生来说面对这些压力源时无显著差异。但在五个因子的比较中,听障大学生组在个体身体情况压力方面得分显著高于普通大学生组。相对于普通大学生对身心问题的关注,听障大学生还要关注自身的听力语言障碍、社会大众的歧视、融入社会的困难等,这些压力都会导致他们内心的焦虑和自卑。

应对方式是个体在处理来自内部或外部的超过自身资源负担的生活事件时所做出的认知和行为努力^[3]。应对方式的不同,直接导致影响个体情绪状态的不同,并对身心健康形成影响^[4]。本研究显示,听障大学生与普通大学生在应对危机时除了期望这种方式外,其他均存在较为显著的差异性。其中,在解决问题和逃避两种应对危机方式方面听障大学生得分高于普通大学生。与普通大学生相比,听障大学生更加直率、冲动、敢为,有一种不达目的誓不罢休的精神,喜欢刨根问底、迎难而上,所以遇到问题时第一反应是解决问题^[5]。同时也由于他们自身障碍和个性特点,如果经过努力不能解决压力,听障大学生的自卑和挫败感就会增加,在压力面前就会选择逃避,以缓解自己的心理压力;在寻求帮助方面普通大学生得分高于听障大学生,这与张海丛对 120 名听障大学生的调查的结果不一致^[6],可能原因是两项研究相差 12 年,教育发展和研究对象都可能导致了差异结果。教育部等九部委《关于“十五”期间进一步推进特殊教育改革和发展的意见》实施以来,各级特殊教育学校将培养残疾学生自强自立的精神作为新课程培养目标,听障学生的自立意识有所提高。加上助

听辅具和康复技术的发展,也使得听障学生的沟通障碍越来越少,自信心增强的同时依赖心理也有所减少。而“00 后”普通大学生,他们生长在我国经济高速发展的时代,基本上都是独生子女,他们对父母的依赖程度超过以往任何年代的青年^[6],这也导致他们在遇到压力时更倾向于求助他人。

社会支持是指一个人从社会网络所获得的情感、物质和生活上的帮助^[7]。其中主观支持指个体在社会中受尊重、被支持、被理解的情感体验;客观支持指客观的、可见的或实际的支持;支持的利用度是指人与人之间的相互支持。本研究发现,听障大学生与普通大学生在客观支持方面、对支持的利用度方面没有差异,而主观支持和社会支持评定总分方面听障大学生显著高于普通大学生。可能原因有二。一是由于听障大学生存在听力障碍,导致他们比较在乎内在的主观感受;二是随着我国高等融合教育的推进,校园融合环境的创设使得普通大学生对听障大学生的接纳态度更好,使听障大学生融入社会的程度获得提升,归属感、被尊重感更强。三是国家对残疾人事业发展给予政策支持,涉及教育、就业等各方面,听障大学生获得的支持力度比较大,再加上计算机网络的普及,听障大学生获取支持的渠道更加广泛。

参考文献

- [1] 张开荆. 当代大学生心理压力的成因及对策[J]. 辽宁教育行政学院学报, 2005 (12): 37-38.
- [2] 崔丽娜. 大学生心理危机及干预机制研究[D]. 重庆: 西南大学, 2009.
- [3] 张晓茹, 杨宗莉. 四川高职贫困大学生应对方式在心理控制源与心理健康间的中介作用[J]. 中国学校卫生, 2018 (1): 130-132.
- [4] 黄希庭, 余华, 郑涌. 中学生应对方式的初步研究[J]. 心理科学, 2000 (1): 1-5.
- [5] 张海丛, 边丽. 听力视力障碍大学生和普通大学生应对方式对比分析[J]. 中国学校卫生, 2008 (11): 1041-1042.
- [6] 周茶. 新形势下“95 后”及“00 后”大学生心理现状及其应对[J]. 文教资料, 2018 (6): 165-166.
- [7] 涂晓琴, 戴东红. 融合教育模式下听障大学生主观幸福感、生活事件和社会支持现状研究[J]. 中国特殊教育, 2014 (8): 40-46.

作者简介

万谊(1977—),女,汉族,籍贯:江苏南京,硕士,副教授,主要从事残疾人心理研究。