

# 社会支持对卫校学生积极应对疫情的影响机制

时 勤<sup>1</sup>, 宋旭东<sup>1\*</sup>, 李晓琼<sup>1\*</sup>, 李秉哲<sup>1</sup>, 周海明<sup>2</sup>, 焦松明<sup>1</sup>, 卢 涛<sup>3</sup>

<sup>1</sup>温州大学教育学院, 温州模式发展研究院, 浙江 温州

<sup>2</sup>山东科技大学公共课教学部, 山东 泰安

<sup>3</sup>南昌市卫生学校, 江西 南昌

Email: \*psyamsong@163.com, \*604114924@qq.com

收稿日期: 2021年1月31日; 录用日期: 2021年3月11日; 发布日期: 2021年3月23日

## 摘 要

为探讨在疫情下社会支持、自我效能和个体抗逆力对卫校学生积极应对行为的影响机制, 本研究采用新冠疫情社会支持量表、积极应对行为量表、新冠疫情自我效能量表和个体抗逆力量表, 对江西某卫生学校1050名学生进行了调查。结果发现, 社会支持和卫校学生在疫情下的积极应对行为呈显著的正相关。在控制性别、年龄、学历后, 社会支持、自我效能和个体抗逆力均对积极应对行为具有显著的直接正向预测作用( $t = 7.53, p < 0.001$ ;  $t = -6.13, p < 0.001$ ;  $t = 16.12, p < 0.001$ ), 自我效能、个体抗逆力在社会支持和积极应对行为之间起部分中介作用。在新冠疫情防控常态化期间, 要警惕自我效能的负向影响, 需进一步发挥抗逆力的正向影响, 并考虑与抗逆成长的核心胜任特征成长评估和培训工作结合起来, 从而改善青少年学生群体在重大公共卫生突发事件的应急反应模式。

## 关键词

新冠肺炎疫情防控, 社会支持, 自我效能, 抗逆力, 积极应对行为

# Influence Mechanism of Social Support on Positive Coping Behaviors of Health School Student during the COVID-19 Prevention

Kan Shi<sup>1</sup>, Xudong Song<sup>1\*</sup>, Xiaoqiong Li<sup>1\*</sup>, Bingzhe Li<sup>1</sup>, Haiming Zhou<sup>2</sup>, Songming Jiao<sup>1</sup>, Tao Lu<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Wenzhou Model Development Institute, College of Education, Wenzhou University, Wenzhou Zhejiang

<sup>2</sup>Public Course Teaching Department of Shandong University of Science and Technology, Tai'an Shandong

<sup>3</sup>Nanchang City Health School, Nanchang Jiangxi

Email: \*psyamsong@163.com, \*604114924@qq.com

Received: Jan. 31<sup>st</sup>, 2021; accepted: Mar. 11<sup>th</sup>, 2021; published: Mar. 23<sup>rd</sup>, 2021

\*通讯作者。

文章引用: 时勤, 宋旭东, 李晓琼, 李秉哲, 周海明, 焦松明, 卢涛(2021). 社会支持对卫校学生积极应对疫情的影响机制. *心理学进展*, 11(3), 737-746. DOI: 10.12677/ap.2021.113084

## Abstract

In order to explore the influence mechanism of social support, self-efficacy and individual resilience on health school students' positive coping behaviors under epidemic situation, we use the COVID-19 social support scale, positive behavior questionnaire, coronavirus self-efficacy scale and resilience scale to investigate 1050 teachers and students in a health school in Jiangxi province. We found that there was a significant positive correlation between social support and health school student's positive response to the epidemic. After controlling for gender, age and educational background, social support, self-efficacy and individual resilience all have significant direct positive predictive effects on positive coping behaviors ( $t = 7.53, p < 0.001$ ;  $t = -6.13, p < 0.001$ ;  $t = 16.12, p < 0.001$ ). Self-efficacy and individual resilience play a partial mediating role between social support and positive coping behaviors. During the normal period of COVID-19 prevention and control, we should be alert to the negative impact of self-efficacy and further exert the positive impact of resilience. What's more, considering combining it with the core competency characteristics growth assessment for resilience to growth is also important to improve the emergency response mode of young people in major public health emergencies.

## Keywords

COVID-19 Prevention and Control, Social Support, Self-Efficacy, Individual Resilience, Positive Coping Behavior

Copyright © 2021 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. 引言

国务院在 2020 年 6 月发布《抗击新冠肺炎疫情的中国行动》的白皮书中指出, 抗击疫情的艰辛历程分为五个阶段, 目前正处于第五阶段, 即全国疫情防控进入常态化阶段。在重大突发公共卫生事件的后期, 我们迫切需要关注现阶段青少年在新冠疫情中的心理适应特征和行为反应特点, 以此为基础来发现青少年在疫情后期心理行为反应所存在的问题, 并提出有效建议。因此, 我们开展了对国内某地区群体在此次疫情中的风险认知特征及行为反应规律的现状调查, 而青少年面对新冠疫情的行为规律及其作用机制是我们特别关注的对象。从微观个体角度来看, 当个体和外界环境产生相互作用, 且这种相互作用超出自身的资源范围, 并产生负担时, 个体倾向于做出一定的应对行为(Folkman et al., 1986)。应对行为是指个体做出的认知、行为的努力过程, 这一过程可以减轻个体在遭遇挫折和压力时所带来的消极情绪以及影响(黄希庭, 余华, 郑勇等, 2000), 它是心理健康研究领域最关注的概念之一。基于应对行为的选择与身心发展的显著关系, 吴素梅和郑日昌提出, 应对行为主要包括积极的应对行为和消极的应对行为(吴素梅, 郑日昌, 2002)。积极的应对行为即解决问题和求助, 它有利于维护人身心的健康发展; 消极的应对行为即自责、幻想、退避和合理化。此次新冠疫情给我国青少年的认知、行为造成了巨大的冲击, 也占用相当大的心理和公共认知资源, 我们需要青少年在疫情下产生相应的积极应对行为来对抗新冠疫情带来的压力和冲击, 疫情下积极应对行为对个体的身心保健平衡以及疫情控制都有重要的意义, 为此, 探究新冠疫情下积极应对行为的影响因素及其作用机制是非常必要的。

## 2. 文献综述与研究假设

根据 Bandura 的社会认知理论(Social Cognitive Theory, SCT), 人的行为既受外部社会因素的影响, 又受内部个体因素的影响(Bandura, 1986)。Bandura 在社会认知理论中极为强调自我效能对个体行为的影响, 因此, 本研究特别关注自我效能感在疫情中对个体积极应对行为的影响作用; 而个体抗逆力作为面对危机和风险事件时尤为强调的独特内部心理因素, 得到了大量研究的关注。基于社会认知理论, 本研究旨在探讨社会支持(外部社会因素)与自我效能和个体抗逆力(内部个体因素)如何影响个体在疫情中的积极应对行为。

大量研究表明, 社会支持是影响积极应对行为的重要外部社会因素。社会支持的概念主要涉及两个方面: 一是客观的、实际的或可见的支持, 比如社会网络、团体关系、直接的物质援助等等; 二是主观的、情绪体验到的支持, 多指在社会实践中个人受到尊敬、理解、支持的主观感觉和体验(肖水源, 杨德森, 1987)。个体在应对压力和挫折时, 社会支持作为一种必要的应对资源, 能够帮助其积极乐观地面对。社会支持的主效应模型(the Main-Effect Model)认为, 对个体能产生积极作用的因素广泛地存在于各种类型的社会支持中(刘晓, 黄希庭, 2010)。程素萍探讨了社会支持对大学生心理健康的影响, 并具体探究社会支持对心理健康各个成分的作用, 结果发现, 社会支持对心理健康有显著影响(Cheng, Zhang, & Jia, 2009)。社会支持能够有效地调节个体的行为方式, 使其避免产生不良的行为方式, 而产生较多的积极应对行为, 如主动寻求帮助, 努力应对困境等(李强, 1998)。综上, 本研究提出假设 1: 社会支持对个体积极应对疫情行为有显著正向影响。

就社会支持对个体心理影响的机制而言, 社会支持既可能直接对个体的内在心理发生影响, 也可能通过影响个体某些内在的心理因素进而影响到该心理品质(Uchino, Cacioppo, & Kiecolt-Glaser, 1996)。外在社会因素对个体内在心理行为的影响, 需经过自我概念的中介作用(刘凤娥, 黄希庭, 2001), 而自我效能感(Self-efficacy)是建立在自我概念的基础上的(李娜, 2011)。Bandura 提出, 自我效能感是人们对自身能否利用所拥有的技能去完成某项工作行为的自信程度(Bandura, 1982), 其所处的情境条件以及他人的积极鼓励、劝说等能有效地提高自我效能感。有关大学生的研究发现, 受到社会支持的程度越好, 其自我效能感越高(宋灵青, 刘儒德, 李玉环等, 2010), 在对高职学生的学习倦怠研究中发现, 提高高职学生的学业自我效能感, 增加其社会支持, 可以预防和减轻学习倦怠(Wang, 2008)。高自我效能感的个体将产生足够多的努力, 使得个体更容易成功, 反之则容易导致失败(Sitzmann & Yeo, 2013)。童星和缪建东指出, 自我效能感高的个体可能有更多的积极的体验(童星, 缪建东, 2019)。基于以上分析, 我们认为高自我效能感的人往往能产生更加积极的应对行为。由此, 本研究提出假设 2: 个体的自我效能感在社会支持和积极应对疫情行为中发挥中介作用。

个体抗逆力(Resilience)是影响个体积极应对行为的重要内部心理因素, 通常是指个体面对负性事件时所表现出来的、能够成功应对的能力, 此外, 还能维持相对稳定的心理健康水平和生理功能(Catherine, McMahon, Gibson, Allen, & Douglas, 2007)。时勘等人在对贫困大学生群体中的调查发现, 抗逆力能够增强经历过负性生活事件的大学生的调整能力, 对创伤后成长起到促进作用(Shi, Zhou, & Ma, 2015)。抗逆力对于应对快节奏、高压、不稳定的外部环境显得尤为重要。高抗逆力的个体通常采用幽默、创造性探究、放松和积极思考等应对方式(Fredrickson & Michele, 2003)。也就是说, 在抗逆力与应对行为的关系上, 高抗逆力的个体倾向于采用积极的应对方式(李旭培, 时雨, 王桢等, 2010), 它是外部因素和内部因素发生互动作用产生的结果。外部因素主要是指个体处在外在环境中的资源或资本, 它们有助于个体克服逆境、积极应对压力危机, 从而能形成良好的社会适应行为(田国秀, 2007)。本研究提出假设 3: 个体的抗逆力在社会支持和积极应对疫情行为中发挥中介作用。

目前的研究已经证明,个体抗逆力、自我效能感、社会支持之间存在着密切的关系。国内学者对救援人员的研究发现,抗逆力包括理性应对、乐观感、坚强人格、自我效能感和柔性适应五项因素(梁社红,时勘,刘晔等,2013)。而曾静认为,抗逆力包括外部支持因素(I have)、内在优势因素(I am)和效能因素(I can)三个部分,其中外部支持因素与社会支持一致,其主要来源是家庭、学校和同伴等,它们有助于个体克服逆境、积极应对压力危机;而效能因素与本研究中的自我效能一致,主要包括解决问题的能力 and 信心等(田国秀,2007)。何玲的研究证实,社会支持通过自我效能感对抗逆力产生影响(何玲,2015)。基于以上分析,我们提出假设 4:社会支持可以通过自我效能到个体抗逆力的链式中介显著正向影响人们的积极应对疫情行为。

综上所述,本研究预测社会支持、自我效能和个体抗逆力在对青少年应对疫情积极行为具有积极影响。本研究旨在探讨新冠疫情背景下青少年受到的社会支持作为社会因素对积极应对行为的影响,并探究自我效能和个体抗逆力作为个体因素在机制中可能的单独中介效应和链式中介效应,为提升青少年在疫情中的积极应对行为提供支持。

### 3. 研究对象与方法

#### 3.1. 研究对象

本研究采用方便抽样的方法,采集对象为江西省内某卫生学校的师生。去除测谎题以及答题过快、有明显选择倾向的题目后,最终采集到 1050 份有效数据。其中性别分布为:女性被试 953 人(90.8%),男性被试 97 人(9.2%)。年龄分布为:20 岁以下被试 951 人(90.7%),20~29 岁被试 84 人(8.0%),30 岁以上被试 16 人(1.5%);受教育程度分布为:中学 20 人(1.9%),职业学校 994 人(94.8%),大学本科及以上 36 人(3.4%)。

#### 3.2. 研究方法

##### 3.2.1. 新冠疫情社会支持量表

该量表改编自 Caplan 等人在 1980 年修订的社会支持量表(Caplan et al., 1980),我们针对新冠疫情可能受到的社会支持来源进行修订并保留了 6 个条目,采用 4 级评分制。从 1 完全没有到 4 很多。分数越高,表明在新冠疫情期间接受的社会支持越强。在本研究中,整个量表的内部一致性系数为 0.91。

##### 3.2.2. 积极应对行为调查问卷

该部分的调查使用的积极应对行为条目参考了 Moos 在 1993 年开发的应对行为量表(Moos, 1993)。此次根据新冠肺炎疫情的情况,对于该量表进行应对新冠肺炎内容的调整,比如“戴口罩、及时洗手等等”,修订后最终保留了 9 个条目,采用 5 级评分制,从 1 非常不同意到 5 非常同意,分数越高,表明个体积极应对水平越高。在本研究中,整个量表的内部一致性系数为 0.79。

##### 3.2.3. 新冠疫情自我效能量表

该量表改编自 Jerusalem 和 Schwarzer 在 1992 年修订的自我效能量表(Jerusalem & Schwarzer, 1992),我们修订并保留了 4 个条目,采用 4 级评分制。从 1 完全不符合到 4 完全符合。分数越高,表明在新冠疫情期间自我效能感越强。在本研究中,整个量表的内部一致性系数为 0.90。

##### 3.2.4. 个体抗逆力量表

该量表改编自 Siu 等人 2009 年开发的个体抗逆力量表(Siu et al., 2009),采用了 6 个条目,5 级评分制。从 1 非常不同意到 5 非常同意。分数越高,表明抗逆力水平越高,该量表具有良好的信效度指标。在本研究中,整个量表的内部一致性系数为 0.97。

### 3.3. 统计分析流程

采用 SPSS 24.0 和 AMOS 22.0 统计软件进行统计分析。首先, 采用验证性因子分析对共同方法偏差进行了检验。然后, 对各变量之间的关系进行相关分析, 在相关分析基础之上, 采用 PROCESS 分析自我效能和个体抗逆力中介作用。

## 4. 结果

### 4.1. 共同方法偏差的检验

我们采用熊红星等人推荐的“控制未测单一方法潜因子法”对共同方法偏差进行检验(熊红星等, 2012)。首先, 建构验证性因素分析模型 M1; 其次, 构建包含方法因子的模型 M2; 最后, 比较模型 M1 和模型 M2 的主要拟合指数, 得到:  $\Delta\text{GFI} = 0.030$ ,  $\Delta\text{IFI} = 0.019$ ,  $\Delta\text{NFI} = 0.019$ ,  $\Delta\text{CFI} = 0.019$ ,  $\Delta\text{TLI} = 0.017$ ,  $\Delta\text{RMSEA} = 0.008$ 。各项拟合指数的变化均远小于 0.05, 表明加入共同方法因子后, 模型并未得到明显改善。综上所述, 本研究不存在明显的共同方法偏差。

### 4.2. 描述性统计和相关性分析

各变量之间的描述性统计以及皮尔逊积差相关分析表如表 1 所示。结果表明, 除了自我效能与积极应对行为之间不相关外, 社会支持、积极应对行为、自我效能和个体抗逆力之间两两均显著正相关。

**Table 1.** Correlation analysis results between variables

**表 1.** 变量之间的相关分析结果

变量	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4
1) 社会支持	2.71	0.72	1			
2) 积极应对行为	4.24	0.73	0.35**	1		
3) 自我效能	2.62	0.75	0.24**	0.03	1	
4) 个体抗逆力	3.43	1.02	0.39**	0.50**	0.31**	1

注:  $N = 1050$ ; \*表示  $p < 0.05$ ; \*\*表示  $p < 0.01$ ; \*\*\*表示  $p < 0.001$ 。

### 4.3. 自我效能与个体抗逆力的链式多重中介作用检验

我们采用 Hayes 在 2012 年编制的 Model 6 为含两个中介变量的链式多重中介模型, 在控制了性别、年龄和学历之后, 对自我效能和个体抗逆力在社会支持和积极应对行为之间关系中的链式多重中介效应进行检验。如表 2 所示, 社会支持对自我效能的正向预测作用显著( $\beta = 0.25$ ,  $t = 7.93$ ,  $p < 0.001$ ), 社会支持和自我效能对个体抗逆力的正向预测作用均显著( $\beta = 0.46$ ,  $t = 11.57$ ,  $p < 0.001$ ;  $\beta = 0.32$ ,  $t = 8.35$ ,  $p < 0.001$ ), 假设 1 得到验证。最后, 社会支持、自我效能和个体抗逆力对积极应对行为的正向预测作用亦均显著( $\beta = 0.23$ ,  $t = 7.53$ ,  $p < 0.001$ ;  $\beta = -0.17$ ,  $t = -6.13$ ,  $p < 0.001$ ;  $\beta = 0.36$ ,  $t = 16.12$ ,  $p < 0.001$ )。当放入链式多重中介变量自我效能和个体抗逆力后, 社会支持对积极应对行为的直接预测作用依然显著( $\beta = 0.23$ ,  $t = 7.53$ ,  $p < 0.001$ ), 说明自我效能和个体抗逆力在社会支持和积极应对行为之间起部分中介作用。同理, 自我效能在社会支持到个体抗逆力之间起中介作用, 个体抗逆力在自我效能到积极应对行为之间起中介作用。因此, 我们的研究假设 2、3、4 得到了证实: 结果表明, 自我效能、个体抗逆力在社会支持和积极应对行为之间起链式多重中介作用。

**Table 2.** A chained multimediator analysis of social support and positive coping behavior  
**表 2.** 社会支持和积极应对行为之间的链式多重中介分析

变量	自我效能			个体抗逆力			积极应对行为		
	$\beta$	SE	$t$	$\beta$	SE	$t$	$\beta$	SE	$t$
常量	1.73	0.31	5.54***	0.72	0.40	1.81	2.47	0.28	8.71***
性别	-0.07	0.08	-0.87	0.32	0.10	3.28**	0.00	0.07	0.05
年龄	0.01	0.06	0.15	-0.06	0.08	-0.73	0.02	0.06	0.44
学历	0.09	0.10	0.94	0.11	0.12	0.88	-0.04	0.09	-0.51
社会支持	0.25	0.03	7.93***	0.46	0.04	11.57***	0.23	0.03	7.53***
自我效能				0.32	0.04	8.35***	-0.17	0.03	-6.13***
个体抗逆力							0.36	0.02	16.12***
$R^2$		0.06			0.21			0.30	
$F$		16.49***			55.57***			75.80***	

注:  $N = 1050$ ; \*表示  $p < 0.05$ ; \*\*表示  $p < 0.01$ ; \*\*\*表示  $p < 0.001$ 。

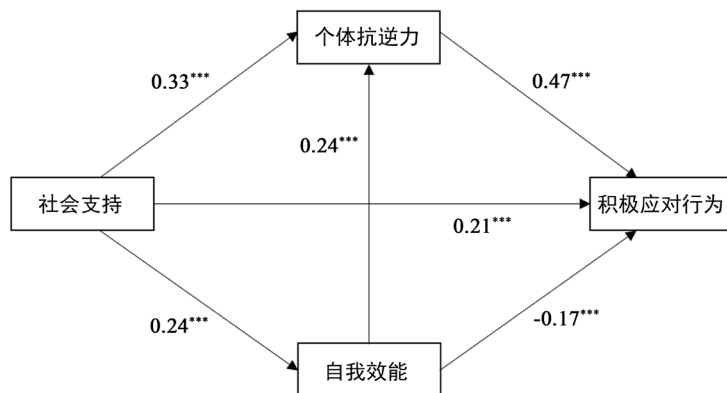
如表 3 所示, 社会支持对积极应对行为影响的直接效应, 以及自我效能、个体抗逆力为中介的三条

**Table 3.** The chained multiple mediating effects of self-efficacy and individual resilience on social support and positive coping behavior were tested

**表 3.** 自我效能和个体抗逆力在社会支持和积极应对行为之间的链式多重中介效应检验

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	效应量(%)
总效应	0.380	0.034	0.314	0.446	100.00%
直接效应	0.230	0.034	0.164	0.297	60.53%
路径 1	-0.043	0.010	-0.065	-0.025	-11.32%
路径 2	0.166	0.019	0.130	0.202	43.68%
路径 3	0.029	0.010	0.017	0.043	7.63%
总中介效应	0.151	0.021	0.110	0.191	39.74%

注: 路径 1: 社会支持→自我效能→积极应对行为; 路径 2: 社会支持→个体抗逆力→积极应对行为; 路径 3: 社会支持→自我效能→个体抗逆力→积极应对行为。



**Figure 1.** Chained multiple mediation model and standardized path coefficient  
**图 1.** 链式多重中介模型及标准化路径系数

中介路径的效应值表明, 社会支持不仅能够直接影响积极应对行为, 而且能够通过自我效能和个体抗逆力组成的三条中介路径显著间接影响积极应对行为, 其中自我效能所在的路径 1 为负向效应。该直接效应(0.230)、路径 1 (-0.043)、路径 2 (0.166)、路径 3 (0.029)和总中介效应(0.151)分别占总效应(0.380)的 60.53%、-11.32%、43.68%、7.63%和 39.74%。各路径标准化系数详见图 1。

## 5. 讨论

### 5.1. 疫情下社会支持和积极应对行为的相互关系

本研究通过相关分析显示, 社会支持与积极应对行为存在显著正相关, 进一步的路径分析显示, 在新冠肺炎疫情中, 社会支持可以显著地正向预测积极应对行为, 这验证了本研究的假设 1。同时, 这一研究结果也契合了社会支持的主效应模型, 即社会支持对个体身心健康具有增益作用(刘晓, 黄希庭, 2010), 能够有效地调节个体的行为方式, 使其避免不良行为方式的产生, 可以产生较多的积极应对行为, 如主动寻求帮助, 努力应对困境等, 证明社会支持是新冠疫情中青少年积极应对行为的重要促进因素。本研究基于风险认知的角度来解释社会支持的主效应模型, 在面对突然爆发的新冠疫情的时候, 人们将面临巨大的压力。焦松明等人在 2020 年的新冠疫情风险认知调查中(焦松明, 时勤, 周海明等, 2020), 也发现新冠疫情作为一个可能威胁生命的疾病, 具有较大的不熟悉感和无法控制感, 而社会支持不仅仅是一种单向的关怀或帮助, 而且是一种社会交换和社会互动。可见, 在疫情中青少年通过自己所拥有的社会支持网络不断获得各方面的支持, 在人际沟通中不断互相交换所获得的新冠疫情信息, 可以增加个体对自己生活环境的熟悉感、可预测感和稳定可控感, 进而激发青少年群体产生更多的积极应对行为, 从而在疫情中抗逆回弹。

### 5.2. 自我效能和抗逆力对应对行为的链式多重中介作用

本研究构建了从社会支持出发, 通过提升青少年的自我效能、进而提升抗逆力最后产生积极应对行为的结构模型。研究结果发现, 在社会支持对积极应对行为的影响机制中, 由自我效能和个体抗逆力构成的路径 1、路径 2、路径 3 和总中介效应的效应值分别为-0.032、0.125、0.022 和 0.115, 三条中介路径效果均显著。这验证了 Bandura 的社会认知理论的观点, 社会因素与个体因素产生交互进而影响青少年的行为(Bandura, 1986), 从社会认知理论的角度验证了社会支持的主效应模型。在本研究中, 自我效能能在社会支持和青少年积极应对疫情行为中起显著的中介作用, 这验证了研究假设 2。在自我效能中介效应的后半路径中, 自我效能显著负向预测青少年积极应对行为, 这与我们在假设的正向预测相反, 这一现象孙天义等人认为是由于在获取社会支持的过程中, 人们认知上存在患病概率的分散效应, 而提高的自我效能带来个体的过度自信导致的积极应对行为的减少(孙天义, 乔静瑶, 2020)。抗逆力在本研究中的中介作用效应量比例高达 43.68%, 突出抗逆力在疫情中的积极作用, 同时验证了研究假设 3。因此, 我们需要高度重视“自我效能”与“抗逆力”在社会支持对个体积极应对疫情行为中的作用。一方面, 高度重视“自我效能”在社会支持和青少年抗击新冠疫情的积极应对行为中的中介作用, 社会支持会提高青少年的自我效能, 但是本次研究中发现自我效能负向预测疫情中青少年的积极应对行为, 这可能是由于青少年在常态化背景下应对疫情时表现出松懈、麻痹大意、过度自信的原因之一, 伴随着青少年的消极应对疫情行为的增加, 比如出现外出不佩戴口罩等行为, 这是可能导致疫情防控不佳的风险行为, 可能使得部分地区出现疫情反弹的情况, 这一现象应在青少年疫情教育中予以关注。另一方面, 突出“抗逆力”在社会支持和青少年抗击新冠疫情的积极应对行为中的中介作用, 抗逆力的效用是非常显著的。社会支持会提高个体抗逆力, 从而积极预测青少年的积极应对疫情行为。最后, 从路径 3 中研究发现社会

支持亦可以通过提高个体的自我效能,而自我效能的提高伴随着抗逆力的提升,进而促使青少年产生更多的积极应对疫情行为,验证了研究假设4。

### 5.3. 社会支持对青少年应对行为带来的“双刃剑”效应

面对突如其来的新冠肺炎疫情时,我们在社会认知理论、社会支持的主效应模型理论的基础上,构建了外部社会因素(社会支持)通过内部个体因素(自我效能感和个体抗逆力)影响青少年积极应对行为的理论模型。研究表明:社会支持对青少年积极应对行为会带来“双刃剑”效应。社会支持既可以增加个体的积极应对行为(通过增强个体抗逆力进而增加青少年在疫情中的积极应对行为,进一步增强个体抗逆力,促进青少年在疫情中的有效的应对行为),也可能导致青少年在疫情中产生麻痹思想,放松对于新冠肺炎疫情的防范措施。目前,在新冠肺炎疫情防控常态化情况下,特别是面对的复工、复产、复市以及复学背景下,新冠肺炎疫情可能是近期内挥之不去的常态化事件,目前,根据约翰·霍普金斯大学的数据,全球已有超过4050万例确诊新冠病毒。截止10月,新冠病毒大流行已令全球累计110万例死亡;据ABC报道,美国是受影响最严重的国家,确诊病例超过820万,死亡人数至少为22万,目前,新冠肺炎疫苗的研制尚未取得真正的突破。我们国家由于全国一盘棋,使得新冠肺炎疫情得到了有效的控制,但是,最近,北京新发市场和青岛地区的反弹就是一个沉痛的教训。更为关键的是,在面对新冠肺炎疫情中,中国不能独善其身,世界上任何一个地方存在新冠肺炎疫情时,我们都不可能高枕无忧。在新冠疫情防控常态化期间,要警惕社会支持的“双刃剑”效应,青少年教育一刻也不能放松。对此,政府、学校还应加大新冠疫情风险的宣传,让青少年对新冠疫情重新加大警觉,自觉维持积极的防疫、控疫的心理行为。

### 5.4. 抗逆成长:青少年核心胜任特征培养的凸显因素

在青少年核心胜任特征的培养教育中,特别要关注个体抗逆力的作用。在本次研究中,核心胜任特征抗逆成长的组成因素包括自信心、乐观、社会支持和主控四大因素。抗逆力指表现出来的一种维持稳定的心理健康水平,且成功应对逆境的胜任特征,也是民众面对生活压力和挫折的“回弹能力”。低抗逆力水平的个体面对负性生活事件时缺少一些积极因素,体验到的成长较少。就学校环境而言,关注并发展学生的核心胜任特征,培养学生在风险性和不确定性信息下的独立推理和问题解决能力,为个体进入社会前做好适应终身发展和社会发展需要的必备品格和关键能力的准备显得尤为重要。如果青少年在抗逆力方面得到提高,其面对逆境时就能够保持理智客观的积极情绪,不会一直沉浸于不良环境或者有压力的情形中,做出理性的分析判断,并合理、正向地解决问题。综上,我们应高度重视抗逆力在青少年核心胜任特征培养的积极作用。今后,我们也应考虑如何将青少年预防疫情和抗逆成长的核心胜任特征成长评估工作结合起来,争取把预防工作提高到一个新的水平。

### 基金项目

浙江省哲学社会科学新兴(交叉)重大项目《重大突发公共卫生事件下公众风险感知、行为规律及对策研究》(项目批准号:21XXJC04ZD);2019年国家社会科学基金后期资助重点项目(项目批准号:19FGLA002)的阶段性成果。

### 参考文献

- 何玲(2015).流动儿童的抗逆力与自尊、社会支持、自我效能感的关系研究.《首都师范大学学报(社会科学版)》,(3),120-127.
- 黄希庭,余华,郑勇,杨家忠,王卫红(2000).中学生应对方式的初步研究.《心理科学》,23(1),1-5.



- 焦松明, 时勤, 周海明, 郭慧丹, 高文斌(2020). 面对新型冠状病毒肺炎风险信息的民众心理状态及情绪引导策略. *医学与社会*, 33(5), 98-104.
- 李娜(2011). *大学生自我概念、自我效能感、社会支持与自我效能感的关系研究*. 博士学位论文, 昆明: 云南师范大学.
- 李强(1998). 社会支持与个体心理健康. *天津社会科学*, (1), 66-69.
- 李旭培, 时雨, 王桢, 时勤(2010). 抗逆力对工作投入的影响: 积极应对和积极情绪的中介作用. *管理评论*, 25(1), 114-119.
- 梁社红, 时勤, 刘晔, 高鹏(2013). 危机救援团队的抗逆力结构及测量. *电子科技大学学报(社会科学版)*, 15(2), 22-27.
- 刘凤娥, 黄希庭(2001). 自我概念的多维度多层次模型研究述评. *心理学动态*, 9(2), 136-140.
- 刘晓, 黄希庭(2010). 社会支持及其对心理健康的作用机制. *心理研究*, 3(1), 3-8.
- 宋灵青, 刘儒德, 李玉环, 高振华, 李文君(2010). 社会支持、学习观和自我效能感对学习主观幸福感的影响. *心理发展与教育*, 26(3), 282-287.
- 孙天义, 乔静瑶(2020). 重大疫情应对中的社会心理分析与社会心态调整——以新冠肺炎(COVID-19)疫情为例. *信阳师范学院学报(哲学社会科学版)*, 40(5), 41-44.
- 田国秀(2007). 抗逆力研究及对我国学校心理健康教育的启示. *课程.教材.教法*, 27(3), 87-90.
- 童星, 缪建东(2019). 自我效能感与大学生学业成绩的关系: 学习乐观的中介作用. *高教探索*, (3), 16-21.
- 吴素梅, 郑日昌(2002). 广西高师学生应对方式与心理健康. *中国心理卫生杂志*, 16(12), 862-863.
- 肖水源, 杨德森(1987). 社会支持对身心健康的影响. *中国心理卫生杂志*, 1(4), 183-187.
- 熊红星, 张璟, 叶宝娟, 郑雪, 孙配贞(2012). 共同方法变异的影响及其统计控制途径的模型分析. *心理科学进展*, 20(5), 757-769.
- Bandura, A. (1982). Self-Efficacy Mechanism in Human Agency. *American Psychologist*, 37, 122-147.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Bandura, A. (1986). Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. *Journal of Applied Psychology*, 12, 169.
- Caplan, R. D., Cobb, S., French Jr., J. R. P., Van Harrison, R., & Pinneau, S. R. Jr. (1980). *Job Demands and Worker Health: Main Effects and Occupational Differences*. Ann Arbor, MI: Survey Research Center, Institute for Social Research, University of Michigan
- Catherine, A., McMahon, F. L., Gibson, J. L., Allen, & Douglas, S. (2007). Psychosocial Adjustment during Pregnancy for Older Couples Conceiving through Assisted Reproductive Technology. *Human Reproduction*, 22, 1168-1174.  
<https://doi.org/10.1093/humrep/del502>
- Cheng S. P., Zhang, C., & Jia, J. R. (2009). Effects of Social Support on the Mental Health of College Students. *China Journal of Health Psychology*, No. 1, 35-37.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. S. (1986). Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>
- Fredrickson, B. L., & Michele, M. T. (2003). What Good Are Positive Emotions in Crises? A Prospective Study of Resilience and Emotions Following the Terrorist Attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality & Social Psychology*, 84, 365-376. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.365>
- Jerusalem, M., & Schwarzer, R. (1992). Self-Efficacy as a Resource Factor in Stress Appraisal Processes. In R. Schwarzer (Ed.), *Self-Efficacy: Thought Control of Action* (pp. 195-213). Washington DC: Hemisphere.
- Moos, R. H. (1993). Coping Responses Inventory: Adult Form: Professional Manual. *Psychological Assessment Resources*, 5, 35-59.
- Shi, K., Zhou, H. M., & Ma, B. Y. (2015). The Relationship between Negative Life Events and Post-Traumatic Growth: The Moderator of Resilience. *China Journal of Health Psychology*, No. 10, 1571-1575.
- Sitzmann, T., & Yeo, G. (2013). A Meta-Analytic Investigation of the Within-Person Self-Efficacy Domain: Is Self-Efficacy a Product of Past Performance or a Driver of Future Performance? *Personnel Psychology*, 66, 531-568.  
<https://doi.org/10.1111/peps.12035>
- Siu, O. L., Hui, C. H., Phillips, D. R., Lin, L., Wong, T. W., & Shi, K. (2009). A Study of Resiliency among Chinese Health Care Workers: Capacity to Cope with Workplace Stress. *Journal of Research in Personality*, 43, 770-776.  
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.06.008>
- Uchino, B. N., Cacioppo, J. T., & Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The Relationship between Social Support and Physiological

Processes: A Review with Emphasis on Underlying Mechanisms and Implications for Health. *Psychological Bulletin*, 119, 488-531. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.119.3.488>

Wang, C. R. (2008). Correlation between High Vocational College Student's Learning Burnout and Academic Self-Efficacy and Social Support. *China Journal of Health Psychology*, No. 7, 743-744.