

中职生自我隐瞒对专业心理求助态度的影响： 自尊和污名的链式中介作用

杨 钰¹, 闫莹莹¹, 黄 蓓², 程 凌¹

¹武汉大学马克思主义学院发展与教育心理研究所, 湖北 武汉

²祁阳市职业中等专业学校, 湖南 祁阳

收稿日期: 2022年8月6日; 录用日期: 2022年9月8日; 发布日期: 2022年9月21日

摘 要

目的: 考察中职生的自我隐瞒、自尊、专业心理求助污名与专业心理求助态度之间的关系。方法: 采用自我隐瞒问卷、自尊量表、专业心理求助污名量表、专业心理求助态度问卷对240名中职生进行问卷调查。结果: ① 中职生的自我隐瞒、自尊、专业心理求助污名、专业心理求助态度, 四个变量之间显著相关。② 自尊在自我隐瞒与专业心理求助态度之间的中介效应显著, 专业心理求助污名在自我隐瞒与专业心理求助态度之间的中介效应显著, 自尊和专业心理求助污名在自我隐瞒和专业心理求助态度之间的链式中介效应显著。结论: 自尊和专业心理求助污名在自我隐瞒与专业心理求助态度之间起链式中介作用。

关键词

自我隐瞒, 自尊, 专业心理求助污名, 专业心理求助态度

The Effect of Self-Concealment on Professional Psychological Help Attitude of Secondary Vocational Students: A Chain Mediating Effect of Self-Esteem and Stigma

Yu Yang¹, Yingying Yan¹, Bei Huang², Ling Cheng¹

¹Institute of Development and Educational Psychology, School of Marxism, Wuhan University, Wuhan Hubei

²Qiyang City Vocational Secondary Professional School, Qiyang Hunan

Received: Aug. 6th, 2022; accepted: Sep. 8th, 2022; published: Sep. 21st, 2022

文章引用: 杨钰, 闫莹莹, 黄蓓, 程凌(2022). 中职生自我隐瞒对专业心理求助态度的影响: 自尊和污名的链式中介作用. *心理学进展*, 12(9), 3055-3061. DOI: 10.12677/ap.2022.129367

Abstract

Objective: To investigate the relationship between self-concealment, self-esteem, stigma of professional psychological help and attitude toward professional psychological help of secondary vocational students. **Methods:** 240 secondary vocational students were investigated by Self-Concealment Scale, Self-Esteem Scale, the Stigma Scale for Receiving Psychological Help (SSRPH) and Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help (ATSPPH). **Results:** ① The four variables of self-concealment, self-esteem, stigma of professional psychological help and attitude toward professional psychological help of secondary vocational students were significantly correlated. ② The mediating effect of self-esteem was significant between self-concealment and attitude toward professional psychological help, the mediating effect of stigma of professional psychological help was significant between self-concealment and attitude toward professional psychological help, and the chain mediating effect of self-esteem and stigma of professional psychological help was significant between self-concealment and attitude toward professional psychological help. **Conclusion:** Self-esteem and stigma of professional psychological help play a chain mediating role between self-concealment and attitude toward professional psychological help.

Keywords

Self-Concealment, Self-Esteem, Stigma of Professional Psychological Help, Attitude toward Professional Psychological Help

Copyright © 2022 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. 问题提出

职业教育是我国教育的重要组成部分,近年来,我国的高中阶段教育有向普职平衡的方向平稳发展的趋势。教育部发布的《关于做好2021年中等职业学校招生工作的通知》中提出要坚持职普比例大体相当,职普比例较低的地区要重点扩大中等职业教育资源,提高中等职业教育招生比例。2022年4月,十三届全国人大常委会通过了新修订的《中华人民共和国职业教育法》,这是该法自1996年颁布26年以来首次进行大修。新修订的《职业教育法》明确职校学生在升学、就业、职业发展等方面享有平等机会,着力提升职业教育认可度,我国职业教育发展将迎来春天。中职生在青少年中的占比逐渐增大,其心理健康状况也受到学界的关注。2019年一项针对我国31个省、360个中等职业学校的德育发展现状调查显示,存在14.3%的学生因压力过大或心情不好产生过自杀念头,25.2%的学生很少与家人交流,在面对负性事件时,中职生更倾向于通过跟朋友倾诉、自我安慰或转移注意力等方式缓解压力,选择寻求专业心理帮助的比例仅有10.3% (孙诚, 2020)。部分中职生对专业心理帮助存在不科学认识,认为接受心理咨询的人是有病的、不正常的,存在偏见(周威, 2021)。

专业心理求助态度是指在个体面临心理或情绪上的困扰时,向从事心理健康工作的专业人士,如心理咨询师、心理治疗师、精神科医师寻求专业帮助的态度(吴梦希, 刘朝莹, 方晓义等, 2014)。有实证研究证明,积极的专业心理求助态度可以正向预测求助行为(Obasi & Leong, 2009)。因此,解决中职生有了心理问题却不进行专业心理求助这一问题的关键就是改善其专业心理求助态度。

中职生正处于“心理断乳期”，倾向于摆脱对长辈的依赖，寻求独立，自我隐瞒是这一阶段心理发展的一个重要特点。自我隐瞒是指个体主动向他人隐瞒一些在其看来是负性或令人痛苦的个人信息的心理倾向(Larson & Chastain, 2011)。经调查发现中学生的自我隐瞒要显著高于大学生(王才康, 2002)。郝志红和梁宝勇(2007a)研究认为自我隐瞒对寻求专业心理帮助有显著的预测作用，自我隐瞒度高的人寻求专业心理帮助的态度消极。但也有研究持相反结论，即自我隐瞒高者常缺乏社会支持，因此寻求心理帮助的意愿更强(Kelly & Achter, 1995)。

专业心理求助污名是指个体或群体在寻求专业心理帮助时获得的一种贬低性、侮辱性的标签，这种标签使个体或群体带有某些被贬抑的属性和特质，不仅使其自我贬损，也使社会对其歧视和不公正(郝志红, 梁宝勇, 2007b)。研究发现，专业心理求助污名显著负向预测心理求助态度和求助行为意向，在专业心理求助污名和行为意向的关系中，专业心理求助态度起到部分中介作用(郝志红, 梁宝勇, 2015)。

自尊是对青少年发展起重要作用的心理成分，它与自我隐瞒、求助污名和求助态度也有着密切联系。自我隐瞒是一种压抑的心理倾向，高自我隐瞒者常向内压抑自身负面信息，长此以往扭曲自我评价，自我隐瞒与自尊存在显著的负相关(李文道, 邹鸿, 赵霞, 2003)。自尊可以显著负向预测自我污名，自尊水平低的个体自我污名水平更高(佐斌, 艾传国, 2011)。同时，自尊显著正向预测专业心理求助态度，自尊高者在遇到心理问题时可以更理性地看待自己，拥有更积极的心理求助态度(杜美杰, 苟双玉, 王玲莉等, 2022)。

基于以上分析，本研究拟探讨中职生的自我隐瞒对专业心理求助态度的作用机制，假设自尊和专业心理求助污名在二者关系中起链式中介作用，为中职生专业心理求助态度的干预提供一些实证依据。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

从湖南省某职业中学，采取整群抽样的方法进行抽样。共抽取 240 名中职学生作为研究对象。回收问卷中题项作答随机缺失过多或连续缺失 4 个项目以上的，被视为无效问卷，予以剔除。最终，有效问卷数为 238 份，有效率 97.5%。其中男生 26 人，女生 212 人。平均年龄 15.56 岁(SD = 0.68)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 专业心理求助态度问卷

本研究采用郝志红和梁宝勇(2007b)修订的专业心理求助态度量表。该量表包含 4 个维度，分别为开放性、耻辱的忍受性、自己是否需要心理帮助、对心理健康专家的信任，共 29 个条目，18 个反向计分题。采用 5 级评分。总分越高表示个体寻求专业心理帮助的态度越积极，信效度良好，被广泛应用。本研究中该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.77。

2.2.2. 自尊量表

在本次研究中，用的是罗森伯格(Rosenberg)编制的自尊量表(self-esteem scale, SES)中文修订版(Rosenberg et al., 1978)，该量表由 10 个条目组成，每个条目由受试者直接报告这个描述是否符合他们自己，采用 1~4 分评分，得分越高表示自尊程度越高。本研究中该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.84。

2.2.3. 自我隐瞒问卷

采用王才康(2002)修订自我隐瞒量表，内容主要集中于对个人“秘密”和痛苦的隐瞒，共 10 个题，从“1——很不符合”到“5——很符合”五点计分，分数越高表示自我隐瞒程度越高。该问卷适用广泛，有较好的信效度。本研究中该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.89。

2.2.4. 专业心理求助污名量表

本研究采用郝志红和梁宝勇(2011)编制的寻求专业心理帮助的污名量表, 该量表共 10 题, 包括自我污名和公众污名两个维度, 其中有 5 题是测量心理求助的自我污名, 5 题是测量心理求助的公众污名。量表采用 5 级计分, 得分越高表明心理求助的污名越严重。本研究中该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.83。

2.3. 研究程序

使用纸质问卷施测, 由学校心理学专业毕业的老师担任主试, 以班级为单位在晚自习时间进行测试, 测试前主试告知匿名、按真实情况作答等注意事项。随后由心理学专业学生录入并整理数据, 使用 SPSS20.0 和海耶斯(Hayes)开发的 PROCESS3.0 插件进行数据分析(Hayes, 2013)。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素检验, 即对所有变量的共 59 个项目进行未旋转的主成分因素分析。结果显示, 共有 16 个因子的特征根值大于 1, 第一个因子解释的变异量为 17.01%, 小于 40%的临界标准, 表明本研究不存在明显的共同方法偏差。

3.2. 各变量间的描述统计和相关分析

对自我隐瞒、自尊、专业心理求助污名、专业心理求助态度进行 Pearson 相关分析, 结果表明, 自我隐瞒和自尊、专业心理求助态度显著负相关, 自我隐瞒和污名显著正相关, 自尊和污名显著负相关、与专业心理求助态度显著正相关, 专业心理求助污名和专业心理求助态度显著负相关。详见表 1。相关结果显示, 该数据适合进行下一步分析。

Table 1. Correlation matrix of self-concealment, self-esteem, stigma and attitude toward professional psychological help (n = 238)

表 1. 自我隐瞒、自尊、污名与专业心理求助态度的相关矩阵(n = 238)

	M \pm SD	1	2	3	4
1) 自我隐瞒	30.88 \pm 8.82	1			
2) 自尊	31.97 \pm 4.90	-0.290**	1		
3) 专业心理求助污名	23.22 \pm 6.42	0.417**	-0.355**	1	
4) 专业心理求助态度	111.61 \pm 10.47	-0.138**	0.315**	-0.350**	1

注: ** $P < 0.01$ 。

3.3. 中职生自尊和求助污名在自我隐瞒与求助态度之间的中介作用检验

采用海耶斯(Hayes)编制的 SPSS 插件 process 在控制性别的条件下对自尊及专业心理求助污名在中职生自我隐瞒对专业心理求助态度影响中的中介效应的 95%置信区间进行评估计算(Boot-strap 样本为 5000), 并建立链式中介模型, 如图 1。

结果显示, 自尊和专业心理求助污名在自我隐瞒和专业心理求助态度之间起到完全中介作用, 中介效应值为-0.223, 占自我隐瞒对专业心理求助态度总效应的 27.80%。自我隐瞒可以显著负向预测中职生的自尊($\beta = -0.281, P < 0.001$), 还可以显著正向预测专业心理求助污名($\beta = 0.355, P < 0.001$); 自尊可以显著负向预测专业心理求助污名($\beta = -0.262, P < 0.001$), 还可以显著正向预测专业心理求助态度($\beta = 0.255,$

$P < 0.001$)。专业心理求助污名可以显著负向预测专业心理求助态度($\beta = -0.292, P < 0.001$)。中介效应分析显示:自尊和专业心理求助污名的中介效应的 Bootstrap 95%置信区间都不包含 0,表明自尊和专业心理求助污名是自我隐瞒和专业心理求助态度的中介变量,详见表 2。自尊和污名的中介效应主要是通过以下三条路径实现的:1) 间接效应 1:自我隐瞒→自尊→专业心理求助态度;2) 间接效应 2:自我隐瞒→专业心理求助污名→专业心理求助态度;3) 间接效应 3:自我隐瞒→自尊→专业心理求助污名→专业心理求助态度。间接效应 1) 间接效应 2) 间接效应 3) 占总效应的百分比分别为 12.71%、20.68%、4.24%。

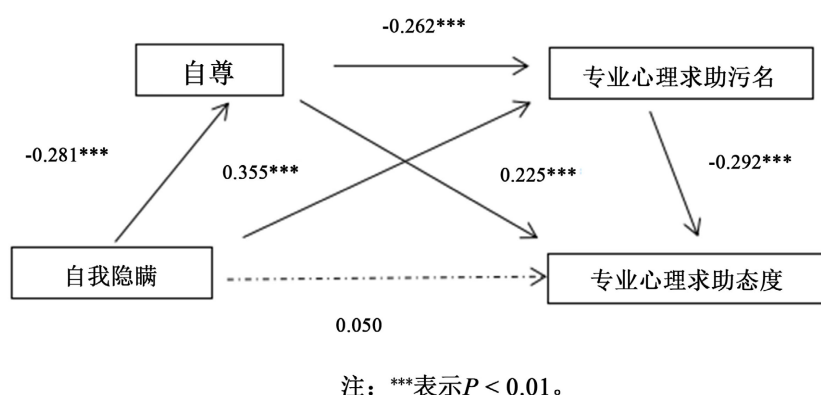


Figure 1. Schematic diagram of chain mediation
图 1. 链式中介作用示意图

Table 2. Bootstrap analysis of mediating effect test
表 2. 中介效应检验的 Bootstrap 分析

间接效应	效应值	相对中介效应	Boot 标准误	BootCI 上限	BootCI 下限
自我隐瞒→自尊→态度	-0.075	12.71%	0.027	-0.318	-0.145
自我隐瞒→污名→态度	-0.122	20.68%	0.036	-0.131	-0.029
自我隐瞒→自尊→污名→态度	-0.025	4.24%	0.011	-0.051	-0.009
总间接效应	-0.223	27.80%	0.045	-0.318	-0.145
总效应	0.59		0.080	-0.098	0.217

4. 讨论

4.1. 自我隐瞒与专业心理求助之间的关系

本研究探讨了对中职生自我隐瞒对专业心理求助态度的影响及自尊和污名在其中的作用机制。通过理解“自我隐瞒是如何影响专业心理求助态度”这一问题,探索改善中职生寻求专业心理帮助态度的路径,增加中职生在出现心理问题或成长困惑时,寻求专业心理帮助的可能性。

本研究发现中职生的自我隐瞒与自尊呈显著负相关。自尊在自我隐瞒和专业心理求助之间起中介作用。根据 Ben 提出的自我感知理论, Derlega 等人(1993)解释自我隐瞒导致个体对自我感知的过程产生影响,出现消极的情绪体验和自我归因,进而产生歪曲的自我评价,影响自尊水平。而自尊水平越高越能恰当地认识自我,感知到自己所需要的帮助,并且能够理性看待来自外界的帮助与支持,会更愿意主动寻求专业心理帮助。

同时,本研究发现中职生的自我隐瞒与专业心理求助污名存在显著正相关。专业心理求助污名在自

我隐瞒与专业心理求助态度之间起中介作用,这与已有研究结果是相一致的(杜美杰,苟双玉,王玲莉等,2022)。自我隐瞒程度越高的个体,越难以获得足够的社会支持和准确的他人评价,更容易关注到他人对于专业心理求助的公众污名,并加深对心理求助的自我污名,而更高的污名化程度会使个体心理求助的态度更为消极。

自尊和专业心理求助污名在自我隐瞒和专业心理求助态度之间起到完全中介作用,形成了自我隐瞒→自尊→专业心理求助污名→专业心理求助态度的链式中介路径。中职生还处于青春期,他们渴望独立,急于摆脱对成人的依赖,这使得他们不愿将内心的感受和困惑与他人尤其是长辈分享,自我隐瞒程度较高。长期高自我隐瞒会带有自我封闭倾向,不断关注自身的负面信息,并且对这些负面信息进行隐瞒,进而阻碍他人对其的判断与了解,使得自我隐瞒者对自身负面信息产生更扭曲夸张的评价,因为感到无力克服、无法胜任,出现自尊水平低的表现。自尊水平更高的个体会对专业心理帮助的作用更有信心,并且也对专业心理求助这个行为更有包容性,有更积极的求助态度。而根据凯利(Kelly)的归因理论(Kelly & Achter, 1995)自尊水平较低的个体可能属于内控者,会把自己的行为看作引发随后事件的主要因素,当他们面对负性事件时,会倾向于将其内化,纳入消极的自我信念中,因而污名水平会较高(彭亭亭,郝志红,2020)。当高自我隐瞒者出现心理困扰时,因其过于负面的自我评价以及对负面信息的关注,会出现对专业心理求助的污名,担心他人看待自己的眼光、怀疑咨询师能否帮助到自己,由此产生消极的专业心理求助态度。

综上所述,即使不改变中职生的自我隐瞒,仍旧能够通过提升其自尊水平和降低其对专业心理求助态度的污名来对提高专业心理求助态度产生积极影响。考虑到青春期学生心理发展特点,自我隐瞒水平较高是这一年龄阶段普遍存在的一个特点,即使在短时间内很难改变学生自我隐瞒的水平,也可以从提升自尊和消除污名的路径来改善其对寻求专业心理帮助的态度。

4.2. 专业心理求助态度的改善措施

消极的专业心理求助态度最主要的是对于心理求助的偏见。从改善自我隐瞒水平、消除专业心理求助污名的角度进行干预,可以采用以下方法。

4.2.1. 学会适当表露自我

首先,引导学生学会适当地进行自我表露,可通过团体心理辅导、心理健康活动课等形式引导学生了解适度自我表露的必要性和方式。其次,为学生提供一个安全、专业的心理咨询环境,学生在出现心理困扰时自我隐瞒,可能与其对心理咨询环境缺乏安全感、担心隐私被泄露有关,因此要关注心理咨询室设置的私密性是否具备,咨询过程中的保密制度是否严格遵守等等,给学生一个安全的表露自我的环境。再次,中职生本身处于自我隐瞒水平较高的年龄段,学校可提供一些表露要求较低但又能使其获得心理帮助的方式,例如“心理信箱”、“烦恼树洞”、绘画心理团辅、沙盘游戏等,以方便学生逐步适应表露自我。

4.2.2. 关注自尊自信水平

首先,引导学生进行积极客观的自我评价,用发展的眼光看待自己。可通过开展探索自我、情绪管理和行为训练等主题的团体心理辅导,利用团体动力提高学生的自尊水平(黄霁虹,2015)。其次,教师在教学和管理过程中,切忌对学生“过度总结”和“贴统一标签”,如仅因一次考试表现就将学生总结为“无天赋”,在批评学生时常用到“总是”、“从不”这类词语。再次,面对自尊水平较低的学生,班主任和心理老师可以多加关注,发现学生的特点与优势,为其安排一些能够发挥其优势的机会和任务,使其在实践中积累正面经验,获得积极的情绪体验。

4.2.3. 摆脱心理求助污名

消除学生对专业心理求助的污名,可以进而改善其态度。第一,通过宣传使学生科学认识心理咨询等专业心理帮助途径。可以通过心理健康讲座、心理中心开放日、校园心理游园会等活动消除学生对专业心理帮助的偏见。第二,通过增大接触机会,减少误解。接触是消除偏见的重要方法,接触假设认为,在某种条件下,对立团体之间的直接接触会减少他们之间存在的偏见。曾有研究发现,给被试观看内容为接受过心理帮助的学生分享他们经历的视频后,被试在有心理困扰时的求助意愿显著提升(Kruger et al., 2020)。第三,通过相关主题的团体心理辅导进行干预,例如郝志红曾使用团体干预的形式来改善学生寻求专业性心理帮助的态度,主要包括提高心理帮助需要的自我认知、提高人际开放性、减少对专业心理帮助的污名、提高应对效能、增加自我表露的预期效用五个方面的内容,结果发现是有显著效果的(郝志红, 2009)。因此学校可以设置相关主题的团体心理辅导对学生的心理求助污名进行直接干预。

参考文献

- 杜美杰, 苟双玉, 王玲莉, 杨钰立, 张宛筑(2022). 自我隐瞒对大学生专业心理求助态度的影响: 求助污名和心理困扰的链式中介作用. *温州医科大学学报*, 52(5), 405-409.
- 郝志红(2009). *寻求专业性心理帮助的预测模型与干预实验*. 博士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 郝志红, 梁宝勇(2007a). 大学生寻求专业性心理帮助态度的预测因素研究. *中国临床心理学杂志*, 15(3), 321-325.
- 郝志红, 梁宝勇(2007b). 关于寻求专业性心理帮助的态度问卷的修订. *中国临床心理学杂志*, 15(1), 1-3+9.
- 郝志红, 梁宝勇(2011). 寻求专业性心理帮助的污名问卷在大学生人群中的修订. *中国心理卫生杂志*, 25(9), 646-649.
- 郝志红, 梁宝勇(2015). 心理求助的污名与行为意向的关系: 态度的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 23(6), 1133-1136.
- 黄霁虹(2015). *大学生自尊、心理疾病污名和专业心理求助态度的关系研究*. 硕士学位论文, 成都: 四川师范大学.
<https://kns.cnki.net/KCMS/detail/detail.aspx?dbname=CMFD201601&filename=1015384630.nh>
- 李文道, 邹泓, 赵霞(2003). 初中生的社会支持与学校适应的关系. *心理发展与教育*, 19(3), 73-81.
- 彭亭亭, 郝志红(2020). 希望对大学生专业心理求助态度的影响: 自尊和污名的链式中介效应. *中国临床心理学杂志*, 28(6), 1270-1273. <https://doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2020.06.039>
- 孙诚(2020). 我国中职学生德育发展现状及改进策略——基于2019年全国中职学生发展状况调查分析. *职教论坛*, (3), 20-25.
- 王才康(2002). 中学生自我隐瞒倾向: 因素结构与发展特点. *应用心理学*, 8(2), 15-17+7.
- 吴梦希, 刘朝莹, 方晓义, 胡伟, 唐芹, 陈海德(2014). 青少年心理行为问题与专业心理求助态度: 父母知晓的中介作用. *心理科学*, 37(1), 94-100.
- 周威(2021). 中职生心理咨询认知情况调查报告——以长沙市某中职学校为例. *江苏教育*, (8), 39-41.
- 佐斌, 艾传国(2011). 群体认同、自尊和心理疾病污名的关系. *应用心理学*, 17(4), 299-303.
- Derlega, V. J., Metts, S., Petronio, S., & Margulis, S. T. (1993). *Self-Disclosure. Perspectives in Social Psychology*. Sage Publications.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach*. Guilford Press.
- Kelly, A. E., & Achter, J. A. (1995). Self-Concealment and Attitudes toward Counseling in University Students. *Journal of Counseling Psychology*, 42, 40-46. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.1.40>
- Kruger, E., Pitts, S. C., Denenny, D., DeLuca, J. S., & Schiffman, J. (2020). Efficacy of Contact Intervention Videos on College Students' Intentions toward Mental Health Help-Seeking. *Journal of American College Health*.
<https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1842417>
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (2011). Self-Concealment: Conceptualization, Measurement, and Health Implications. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 9, 439-455. <https://doi.org/10.1521/jscp.1990.9.4.439>
- Obasi, E. M., & Leong, F. T. L. (2009). Psychological Distress, Acculturation, and Mental Health-Seeking Attitudes among People of African Descent in the United States: A Preliminary Investigation. *Journal of Counseling Psychology*, 56, 227-238. <https://doi.org/10.1037/a0014865>
- Rosenberg, F. R., Rosenberg, M., & Mccord, J. (1978). Self-Esteem and Delinquency. *Journal of Youth and Adolescence*, 7, 279-294. <https://doi.org/10.1007/BF01537978>