

基于扎根理论的大学生学业挫折感影响因素研究

钟逸雯, 施长君

哈尔滨师范大学教育科学学院, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2023年5月6日; 录用日期: 2023年7月6日; 发布日期: 2023年7月17日

摘要

近年来, 大学生学业挫折感在高校学生群体中表现愈发明显, 而基于什么样的影响因素会带来学业挫折感, 这不仅仅会影响学生学业, 同时还会带来社会层面上的问题。本研究运用扎根理论的研究方法, 对10名大学生进行了深度访谈, 通过三级编码讨论了大学生学业挫折感的内涵和影响因素。我们获得了19个范畴, 之后进行主轴编码, 进行主轴编码后, 获得3个核心类属和7个关系类别。由此构建出了大学生学业挫折感影响因素的理论模型。

关键词

扎根理论, 学业挫折感, 大学生

A Study on the Influencing Factors of College Students' Academic Frustration Based on Grounded Theory

Yiwen Zhong, Changjun Shi

College of Education Sciences, Harbin Normal University, Harbin Heilongjiang

Received: May 6th, 2023; accepted: Jul. 6th, 2023; published: Jul. 17th, 2023

Abstract

In recent years, college students' academic frustration has become more and more obvious among

college students. Based on what influence factors will bring academic frustration, it will not only affect students' academic study, but also bring social problems. Based on grounded theory, this study conducted in-depth interviews with 10 college students and discussed the connotation and influencing factors of college students' academic frustration through three-level coding. We get 19 categories, and then we do spindle coding. After spindle coding, we get 3 core genera and 7 relational categories. Therefore, a theoretical model of influencing factors of college students' academic frustration is established.

Keywords

Grounded Theory, Academic Frustration, Undergraduate

Copyright © 2023 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

挫折, 大多数的学者从主客观两个方面来界定, 从主观方面来看, 挫折是个体由于经历了某些事件所导致了动机无法满足而产生的消极情绪体验, 挫折会带来焦虑、压抑、抑郁等消极的情绪感受, 影响着人们的主观感受以及对实际生活的觉知。钟向阳(2010)把挫折的概念分为广义和狭义, 广义的挫折是指引起人们精神压力的情绪体验, 狭义上指遇到困难时的情绪体验和行为反应。[1]而有关挫折感的概念, 国内普遍采用冯江平教授(1992)对挫折所做的定义, 在其所著《挫折心理学》一书中指出, 挫折感就是人们在从事有目的的活动过程中遇到阻碍和干扰, 导致其需要得不到满足、目标未能达到的一种消极的情绪状态。[2]由此可见, 挫折感就是由挫折情景引起的一种消极情绪反应。不同的个体在遭遇相同的挫折情境时, 由于个体差异性, 他们所体验到的挫折感程度以及受挫后行为反应又各有各的不同。[3]王玉龙(2015)从客观方面来看, 挫折体验来自于一些外部的客观情境障碍和消极事件, 人在有目的的创造世界和改造世界的过程中总是不可避免地会遇见一些难以克服的障碍, 由此这些障碍和消极性事件就给人带来了挫折。[4]曾伏云(2002)认为学业挫折感是指学生在学习活动中遭遇挫折而产生的消极情绪体验, 如因为在课堂中不能理解老师讲课的内容, 被老师忽视、答不出老师的提问、作业出现错误、达不到预定的名次、不能考取理想的分数或学校而产生的焦虑、沮丧、苦闷、抑郁、不安和恐惧等等。学业挫折感具有弥散性、持久性、两面性的特征。[5]史小力认为(2004)学业挫折来源于大学阶段的学习模式以及培养方法相对于高中发生了变化。一方面学生进入大学学习的条件发生了改变, 有些学生在高中阶段成绩优异而大学由于学习条件的改变带来成绩不理想就会导致大学生的自信心降低。另一方面, 学生进入大学由于学习方法没有发生改变所以带来了学习困难, 导致学业的成绩不理想, 在大的学习过程中承担了很大的学习压力, 带来学业上的挫折。从而产生学业挫折感。[6]学业挫折感会导致大学生进行消极的自我归因、产生消极的自我概念, 拥有低自尊。这种理论方法可以用来研究“各种问题”。[7]有一套具有普遍性的用来指导研究的完整步骤可以用于研究学业挫折感的影响因素。

有研究表明, 青少年应激性生活事件中, 挫折事情主要来源于学习方面, 比如: 考试失利、升学压力、学习困难问题(陈选华, 2006)。大学生的学业挫折感目前已经成为了影响学生身心发展的重要心理因素, 所以要促进大学生健康成长, 就需要重视学业挫折感的问题。[8]学业上的挫折会让学生对课程缺乏学习热情并且会导致对自己失败的学业状况感到无助, 长期以往积累的挫折感会削弱学生的成就动机,

影响未来学生在社会上的发展。青少年是祖国的未来, 是社会的建设者和发展者。青少年的健康成长对国家的发展是有积极的作用, 所以需要积极地应对学生遇到的问题, 关注学生群体的心理问题, 降低青少年心理疾病的发生率, 帮助大学生拥有良好的心理状态。新时代大学生学业挫折问题不应该被忽视, 同时也是高等教育的教学重难点, 也是我们需要关注的, 因此, 研究分析大学生群体的学业挫折感成因及影响因素有现实意义。

2. 研究方法

针对当前关于大学生学业挫折感的相关研究, 一般是采用问卷调查法来研究和评估大学生群体的学业挫折感, 关于学业挫折感的影响因素, 不同的研究人员阐述了不同的观点, 作为一种以建构理论为主要目标扎根理论, 非常适合用于本研究。[9]具体过程为, 首先对大学生群体使用学业挫折感问卷[10], 筛选大学生群体的学业挫折感情况。之后对大学生群体进行半结构化访谈, 获取原始的访谈资料; 然后采用 nvivo11 软件作为辅助编码的工具, 对访谈内容挖掘和分析, 进行三级编码。

2.1. 研究对象

本研究从全国各省市高校中选取了约 100 名在校大学生填写学业挫折感问卷[3], 该问卷共有 41 道题目, 包含六个维度, 分别是学习动机挫折感维度(13 个条目)、学习环境挫折感维度(7 个条目)、考试挫折感维度(5 个条目)、学习压力挫折感维度(6 个条目)、学习适应挫折感维度(6 个条目)、学习自信心挫折感维度(4 个条目)。量表分值越高代表该学生的学业挫折感越强, 分数由高到低排列, 选取了其中学业挫折感量表分数高的前 15% 为访谈对象。在经过被试个人意愿同意的基础上选择了其中的 10 位被试作为本次访谈的对象。见表 1。选取的十位被试不同程度的受到过考试失利、学业适应不良、学习动力不足、学习自信心缺失等的学业方面挫折, 并且产生了较强的学业挫折感。因此本文的研究对象聚焦于有高学业挫折感的大学生, 探讨其学业挫折感的影响因素。

Table 1. Distribution of respondents

表 1. 受访者分布情况表

类别	项目	人数	百分比
年龄	18~21	5	50
	22~25	5	50
年级	一年级	2	20
	二年级	2	20
	三年级	2	20
	四年级	4	40
专业	教育学	5	50
	工学	2	20
	理学	3	30

2.2. 研究工具

2.2.1. 大学生学业挫折感问卷

本研究采用付媛姝等人(2022)编制的“大学生学业挫折感问卷”作为调查工具, 该问卷共有 41 道题目, 包含六个维度, 分别是学习动机挫折感维度(13 个条目)、学习环境挫折感维度(7 个条目)、考试挫折

感维度(5 个条目)、学习压力挫折感维度(6 个条目)、学习适应挫折感维度(6 个条目)、学习自信心挫折感维度(4 个条目)。该问卷的内部一致性信度为 0.854~0.946 之间, 克隆巴赫 α 系数为 0.970, 重测信度为 0.778。问卷采用 Likert 式 5 点记分的方法, “1” 表示很不符合, 抗挫折心理能力很弱, 以此类推, “5” 表示很符合, 得分越高, 说明学业挫折感越强。

2.2.2. 访谈提纲

研究者在结合已有文献研究的基础上, 编制了半结构式访谈提纲。访谈主要围绕以下问题进行, 并且根据受访者的回答展开追问; 访谈提纲针对影响大学生学业挫折感的内部因素和外部因素展开。

设计了如下的访谈提纲:

- 1) 在大学生活中, 你认为什么会影响到你的学习?
- 2) 假如你遇到学习上遇到了学不懂的地方有没有信心继续去学下去呢?
- 3) 遇到了学习上的困难, 你一般会采取方式去积极的解决困难吗? 一般会采用什么方式去解决问题呢?
- 4) 在以往的学习过程中, 遇到什么事情对你打击特别大呢?
- 5) 你喜欢学习吗? 会主动学习吗? 还是只有自己遇到喜欢的部分才会去主动学习呢? 促进你学习的主要动力是什么呢?
- 6) 在学习的时候会不会受到自己的情绪所影响?
- 7) 你个人对自己的学习要求高吗?
- 8) 你认为你们学校有没有很好的学习氛围? 学习氛围是怎么样呢?
- 9) 学校能给你提供学业需要的资源吗?
- 10) 家长很重视你的学习吗? 家里有很浓厚的学习氛围吗?
- 11) 你认为父母的行为方式会影响你的学习吗?
- 12) 父母对你的成绩有什么看法呢? 他们会给你学习上的压力吗? 他们对你学习的要求高不高?

2.3. 研究过程

2.3.1. 访谈资料的整理

研究对象分散与全国各省市高校, 访谈工作采用线上访谈的方式进行。研究者在使用腾讯会议或视频电话进行访谈, 在介绍后整理访谈内容, 将访谈内容中的相关内容逐字整理为 word 文本, 最终获得访谈文本 10 份。之后将数据导入 nvivo11 中, 进行编码。访谈前先向受访者解释, 在取得访谈者同意的前提下进行录音。本研究采用的是半结构式的访谈, 全面的收集访谈对象的言语信息和真实想法。为了保证研究信息的完整性和真实性, 对部分的受访者进行了二次访谈。在访谈工作结束之后, 将数据转录并且进行编码, 最后从 100 份问卷中随机选择 5 份记录用于检验理论饱和度。

2.3.2. 数据编码过程

首先进行预访谈, 在正式访谈之前, 从大学生学业挫折感问卷中筛选的被试中, 选择一位成为预访谈的对象, 并且测试这次研究设计的访谈问题是否适合回答。并且根据预访谈中出现的合理问题, 及时进行修改访谈提纲。之后进行正式访谈, 访谈采用半结构化访谈, 借助腾讯会议对大学生群体进行远程的视频访谈。访谈提纲内容集中于两个方面, 学生的内部因素和学校家庭的外部因素。最后进行三级编码, 访谈结束后, 对原始访谈资料转录、整理, 再把访谈资料导入到 nvivo11 软件进行三级编码。尽可能使用访谈者自己原有的语句作为概念归类基础。

开放式编码是让研究者将收集到的资料进行概念化和范畴化, 最终界定概念, 确定范畴。本研究对原始的 10 个访谈文本进行分析, 尽可能的用访谈者的原始语句作为概念归类的基础。最终获得 19 个范

畴。具体数据分析与编码过程如表 2。

Table 2. Open coding categorization process
表 2. 开放式编码范畴化过程

范畴	概念
学业挫折经历	<p>大学英语四级考了多次都没有过 有一门专业课考试老师给分特别低 很努力学习, 但是没有获得相应成绩 遇到找舞伴的问题, 花费了较大心力 总是获得不了想要的分数, 有点习得性无助 重要的资格证考试没有通过 第一次大学期末考试挂科 学习编程的时候, 总是运行不了 老师上课节奏太快跟不上进度 想获得很好的成绩, 但是没有取得</p>
自信心	<p>遇到了学不太懂的地方有信心继续学习下去 遇到了很难解决的问题, 不想继续学习 对不理解的地方不想去弄明白, 觉得学不会 对不喜欢的必修课程, 不喜欢也得继续学</p>
情感问题	<p>学习的时候会受到情绪的影响 开心的时候能学, 烦的时候学不进去 会受到男朋友的影响, 情侣之间情绪很受影响 情绪很亢奋的时候学不进去 别人的状态会影响自己的状态 在很开心和和难过的时候学习不进去 人际关系方面花费了很多精力, 情感枯竭 被身边比较爱玩的室友和同学打扰</p>
学习投入情况	<p>在学习的过程中, 为了成绩付出很多 不喜欢的学科花费较少的精力 专业课和学分多的课会更努力去学习 为了获得资格证书会去主动学习 对于水课就是不挂科就好 在学习过程中, 假如有激励就会更主动的学</p>
学习方式	<p>先静下心来, 制定一个计划, 从最重要的开始到最不重要的, 最擅长到最不擅长的, 以及时间的先后制定详细的计划 一天之中为了考试, 13 h 投入学习 任务一件件完成, 合理安排工作量</p>
学习动机	<p>为了奖学金评定 为了期末考试不挂科 为了考取职业资格证书 为了保研和考研 为了获得家人的赞许 为了更好的找到心仪的工作, 为了工作积累 为了学习自己喜欢的科目, 就是喜欢学习</p>

Continued

对挫折的认识	考的差的时候会觉得自己没用 觉得是自己不如别人 考得差也只能代表一时的状态, 不能代表以后, 认为就算遇到了挫折, 只要下次努力了就好, 很难受, 会不开心 有的时候会认为是不是就是自己不够聪明 明明很努力了, 但是还是没有理想的结果
自控力	没有外界的约束时不想学习 会主动学习但是看情况 要看自己当时想不想学 非常不自律, 需要ddl才学 假如身边的同学都在学习, 那么自己也会学 在学习的时候, 坐在身边的人会打扰 有一起学习的伙伴才会学习效果好 在学习的时候, 手机的存在很会影响自己的自控能力, 经常拿起了手机就刷很长时间
抱负水平	高, 会想要取得想要的成绩 一般但是对自己也有成绩上的要求 还好吧, 希望自己的成绩和名次靠前
学习适应	相对于高中, 大学很多靠自己 大学很多是需要自学, 适应没有引导的学习 刚刚从高中到大学的那个过程是有些不适应
同学学习情况	在班上没有很浓厚的学习氛围, 同学们也只会期末考试的时候学习 这个专业很看重实践, 可能其他同学私下在学 在寝室里面没有学习氛围 只有几个同学喜欢学习, 坐前排听课 图书室里面有学习氛围, 要学习得去图书馆
网络影响	手机会占用很多时间, 对我来说很影响学习 喜欢打游戏, 时间都花在了游戏上面 在聊天软件上使用时间比较长 会经常和朋友们一起玩游戏, 这会造成影响 虽然网课很适合学习, 但还是老师线下课好
学业考核情况	认为学校的考试考核只能考核一个阶段的学习情况, 不是很合理 考试是检验一个阶段的学习成果的重要途径, 个人认为是很有必要的 学业考核是评价一段时间学习情况的重要方式, 我认为学业情况就必须要有考核
教育方式	布置任务的方式 照着PPT念, 上课就是照本宣科 老师上课没有备课, 想一出是一出
教育评价	老师缺乏对每一个学生的合理教育评价, 很多时候老师连人都认不齐 成绩好就是一切, 分数最重要

Continued

教育观念	分数和绩点为王, 只要成绩好就能获得一切 缺乏实践应用, 关注书本知识 认为老师并没有什么教育观念
家长教育理念陈旧	只关心一些资格证考试的通过 对具体的学习状况不了解 起大后方的作用, 经济支持为主 家长基本上没有教育的理念, 也不关心学习
家长对学习有要求	对成绩的要求很高, 不满意当前情况 对于资格证书的获得特别看重 加入没有获得应该有的证书, 父母会责骂
家庭环境	单亲家庭 不健康的家庭环境, 父母对孩子缺乏关爱

之后根据获得的 19 个范畴进行主轴编码, 主轴编码要求挖掘各个范畴间的内在联系和逻辑次序, 由于开放式编码之后获得的范畴是相互孤立, 由此需要相互关联。进行主轴编码后, 获得 3 个核心类属和 7 个关系类别。见表 3。

Table 3. Spindle coding associative categorical process

表 3. 主轴式编码关联范畴过程

核心类属	关系类别	影响关系的范畴
个人因素	个体经历	学业挫折经历 情感问题
	学习策略	学习投入情况 学习方式 学习动机
	自我管理	自信心 对挫折的认识 自控力 抱负水平 学习适应
学校因素	学习氛围	同学学习情况 网络影响 学业考核情况
	教师行为	教育方式 教育评价 教育观念
家庭因素	家长教育观念	家长教育理念陈旧 家长对学习有要求
	家庭情况	家庭环境特殊

在进行主轴编码后进行选择性编码。在已经有的概念类属中经过分析之后选择出“核心类属”, 在进行编码的过程中, 核心类属为所有类属的中心地位, 频繁出现在资料中。经过分析和编码之后, 我们

得到了三个核心类属, 个人因素、学校因素、家庭因素, 基于 3 个核心类属和 7 个关系类别, 以及各个范畴间的关系, 构建大学生学业挫折感影响因素模型。见图 1。

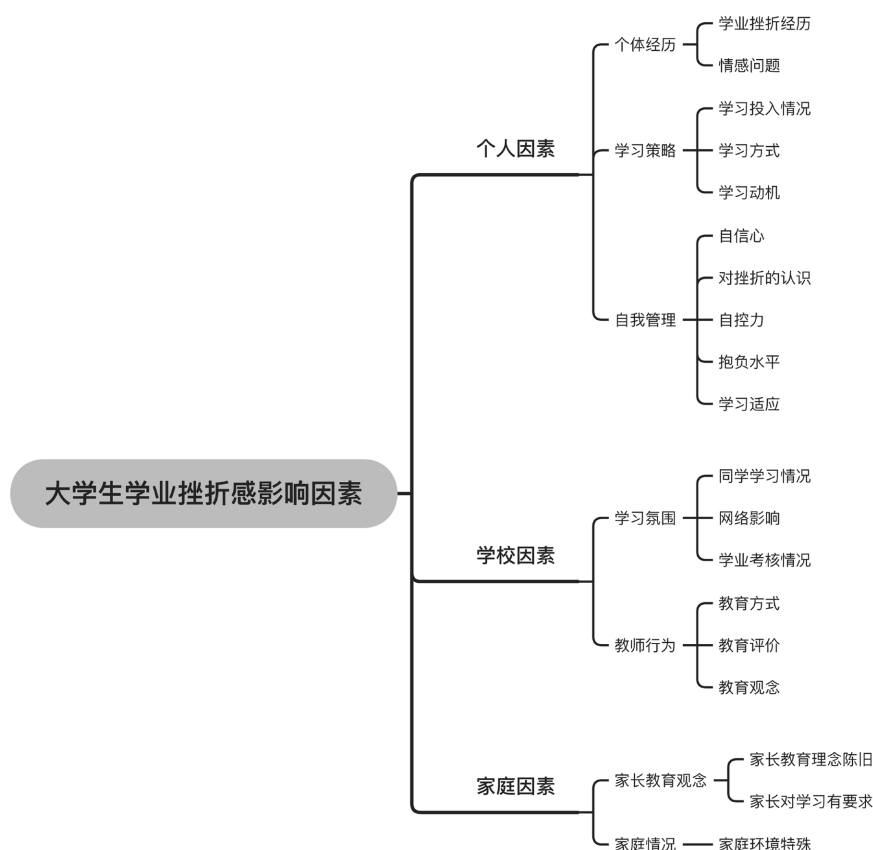


Figure 1. A model of influencing factors of college students' academic frustration
图 1. 大学生学业挫折感影响因素模型

2.3.3. 理论饱和度检验

在选取 10 位受访者的访谈资料进行编码时, 还利用了另外的 5 份访谈样本进行了理论饱和度检验。结果显示, 除了上述的核心范畴, 没有再形成新的范畴和概念, 且范畴与概念之间关系也并未发生改变。因此, 本研究通过扎根理论的方法建构出的“大学生学业挫折感的影响因素概念模型”已经达到了理论饱和状态, 具有一定的现实解释力。

3. 结果与分析

3.1. 个人因素对大学生学业挫折感的影响

个人因素对大学生学业挫折感的影响表现在个体经历、学习策略、自我管理方面。其中学业挫折经历、情感问题、学习投入情况、学习方式、学习动机、自信心、对挫折的认识、自控力、抱负水平、学习适应是个体面对学业挫折主要的影响因素。

3.1.1. 个体经历

大多数受访者表示, 个体经历中学业挫折经历和情感问题是学业挫折感的影响因素[11], 集中表现为在大学学习的过程中遭遇到挫折, 例如大学英语四六级难以通过、准备了好久的职业资格考没有办法

获得资格证书、花费了大量的时间却无法获得想要的成绩。这些挫折性事件导致大学生群体在新的学习过程中产生挫败感。同时由于许多大学生在以往的学习过程中没有受到挫折经历的打击,因此在遇到学业挫折事件的时候打击更大,意志消沉害怕新的学习。除此之外情感问题也是影响大学生学业挫折感的一个重要因素。步入大学之后,许多大学生会面临与高中时期不同的人际关系,要处理情侣之间、室友之间、师生之间、同学之间的关系。在与不同的人交往过程中会遇到不同的情感问题,这同样也会影响大学生们的学业挫折感。[12]大学生们会由于无法更好的处理情感情绪问题而影响学习的进度和学习的质量,从而会对学习力不从心,产生挫折感。

3.1.2. 学习策略

个体的学习策略同样是影响大学生学业挫折的因素之一。学习的投入会影响学生对学业成果的期待,对学习投入越多越渴望获得理想的成绩,但是大学期间的学习不仅仅只是普通的学习投入,要从多维度进行学习分配,提高学习的效率。而大学生往往会在喜欢的学科上投入更多精力,而忽略其他学科的学习。在学习投入方面不合理也是导致挫折的原因。[13]在学习动机方面,学生有来源于内部的学习动机以及来源于外部的学习动机,大多数学生在大学的学习中是来源于外部的学习动机,例如为了奖学金、为了长辈亲人的夸赞、为了未来的工作等。而学习动机也一定程度上反应出大学生对于学业的认识,为什么要进行学习。学习动机来源于外部,更会产生挫折感。学习应对方式是学生对学习的安排,一般来说对学习的安排会影响学生的学习情况从而对未来的成绩和学习状态产生影响。

3.1.3. 自我管理

自我管理包括自信心、对挫折的认识、自控力、抱负水平和学习适应。自信心指的是受访者对自己的学业上的自信,包括是否有信心和勇气面对接下来的挑战。受访者中缺乏自信的受访者往往对自己的学业上的失败感到挫折很大,而充满自信的受访者则会将学业的失利看成是暂时的失利,只是一段时间的学习经历,并不能代表以后。[14]这种认知下,他们经常会调整自我,并且有信心接下来的学习会获得成功。因此自信心的高低也会影响一个人的学业挫折感。一般来说,缺乏自信心的个体会比拥有自信的个体更容易体验到学业挫折感。

对挫折事件的认识同样也会影响学业挫折感,事实上引起挫折以及挫折行为认识的直接原因很大程度上不是来源于挫折事件本身,而是来源于对挫折性事件的认识,来访者对挫折性事件看得很重,例如挂科就无法获得想要的成绩从而无法获得理想的未来,一想到挫折事件就将挫折事件看得很严重,不允许失败和意外。这种对于挫折事件过分重要的认识会使得学生产生很大的挫败感,一旦失败就没有回头路可走。错误的认识使得个体对失败看得过重而产生挫折感。

自控力源于个体对自己学习的掌控能力,有些学生能够制定合理的学习计划,但是无法合理的执行,对自己缺乏约束,控制能力很差。在学习的过程中需要截止日期才能约束自己完成任务。[15]面对自控力差的情况,学生往往会因为自己缺乏约束力而感到烦躁,受访者表示在无法按照自己安排的清单来完成任务时会感到挫败感。一方面想要好好安排时间和任务,一方面又缺乏对自己的控制能力而无法达到任务要求,这会让学生在后续的学习过程中体验到挫折。产生学业上的挫折感。

个人的抱负水平越高就越容易体会到挫折,对挫折的反应也会越强。例如考试排名同样在班级中游的学生,把目标定位在前几名的学生会感受到失败,而把目标就定位于中间水平的学生会感觉到达成了目标。抱负水平会影响学生对自己学业结果的期待。没能达到自己预计的学业目标则会产生挫折感。

在学习的适应方面,面对和高中阶段截然不同的学习模式,很多情况下需要依靠自己来安排学习,假如不能够很好地适应新的学习环境,对老师上课听不懂,跟不上同学的进度,这同样会产生学业挫折感。

3.2. 学校因素对学业挫折感的影响

3.2.1. 学习氛围

同学的学习情况会影响到个体的学习状态, 当处于很高竞争的学习环境中时, 同学们花费大量的时间和精力在学习上, 这会让人更能体验到学习的氛围, 但是高压环境也会催生不理想的恶性竞争, 当失败时就会体验到更多的挫败感。网络同样会对学生学习产生影响, 当本应该学习的时候被网络游戏占据, 碎片时间运用于手机, 这会让学生在时间的流逝之后产生挫败感。[16]本应该用于学习的时间在网络中迷失。学业考核同样会影响学生的学业挫折感, 以成绩和分数来区分学生, 鉴别优劣会让学生产生一种暗示, 自己本来就是能力不行, 不管怎样都无法获得想要的成绩, 分数低就没有办法在未来的学习中学好。会产生习得性无助。学生一直处于没有积极反馈的环境中, 并且容易在不良导向的学习风气下出现失败, 而失败会产生挫折感。

3.2.2. 教师行为

一些教师存在着陈旧的教育观念, 认为成绩和排名是最重要的, 教育局限在一些优等生、尖子生。在教学的过程中, 教师的教育方法往往没有立足于学生的客观需要。许多教师可能不会及时在上课前备课, 重视向学生灌输知识, 而忽视了学生应该学在课堂, 要立足于实践。在教学的过程中不同水平的学生, 学习的速度和进度不同, 在教学内容方面, 教师考虑一部分学生的需要而忽略了其他学生, 这样的教学会让相当一部分学生跟不上老师的进度, 从而产生学业挫折感。[17]在教育评价方面, 教师对学生成绩和排名的看重, 会对学生的学习给与许多主观的教育评价, 从而产生挫折。

3.3. 家庭因素对学业挫折感的影响

3.3.1. 家长教育观念

大部分家长在对自己已经长大的孩子没有过分的学习上的要求, 很多时候处于一种放任不管的状态。一般只是会关注孩子的经济支持, 不关心孩子的学业情况。父母只是关注一些资格类证书的获取, 而完全不在意学生在大学生涯中学习和能力的提高。因此家长对孩子学习的认识仅仅停留在期末考试和资格类证书的获取情况上, 不关心日常学业情况。假如获得了不错的成绩, 达到了父母的要求, 父母就会提出更高的要求。这无形中会导致学生的学习压力提高。家庭教育是教育的重要环节, 但是许多父母在家庭教育方面是属于缺失的状态。教育方式简单粗暴, 会让孩子产生厌学的心理, 学习兴趣和动力上欠缺, 无形中导致学业上的受挫。

3.3.2. 家庭情况

对于一些家庭环境特殊的学生, 他们本身会由于自己的家庭环境而受到影响, 在学习上存在着两个方面的极端。一方面特别努力学习, 把学习看得非常非常重, 这样学习上的小挫折就会产生很负面的影响, 造成挫折感。另一方面, 一些特殊家庭氛围的学生, 会因为家庭问题而影响性格, 与同学的日常交往则会产生不应该的自卑感, 会无心学习, 消极怠惰, 自暴自弃。心理负担重而又无法排解, 此时学习方面由于投入时间和精力不足, 会导致带来消极的学业结果。这种情况下家庭的因素会影响学业的挫折感。

4. 结论与建议

4.1. 学生个体要加强对挫折感的正确认识

挫折感很大程度上是会被自己的消极认知所影响, 当长期缺乏正确认识和拥有错误认知时, 学生就会产生强烈的学业挫折感。[18]这就要求学生必须在遇到挫折事件时要改变自身对于挫折事件的不合理认

知, 学会在课堂之中或者其他的学业实践中寻求正确和积极的心理反馈。最重要的是学生自己要认识到自己对于挫折事件的不合理信念, 同时积极的改变自己的想法。在之后面对挫折时理智的接纳自己, 直面学业上遇到的挫折事件。

4.2. 学校加强挫折教育, 提高大学生群体应对挫折事件的能力

对于高校而言, 大学生的挫折教育是重要的一个环节, 学生成长不是一帆风顺的, 挫折是普遍存在的。一个人面对挫折需要及时克服, 努力战胜困难, 克服挫折。[19]挫折教育是非常关键且重要的, 心理健康课程需要面向大学生开展相关的工作, 要针对挫折群体去进行重点关注。[20]心理健康教育中的挫折教育不仅仅是在课堂, 同时也在日常。要重视对学生不良心理的及时疏导, 引导学生了解挫折, 战胜挫折。

4.3. 家长引导学生调节不良情绪, 营造良好的家庭氛围

学生的挫折感和不良的情绪反应是长期存在问题, 挫折教育的对象是一个集体, 不仅仅是学生还有学生的家长。家长需要配合校方践行挫折教育实践, 一方面营造良好的家庭氛围一方面及时的提供正向且积极的信念和合理的建议。引导学生调节由于学业挫折带来的情绪情感问题, 预防挫折事件带来的学业挫折感。

基金项目

疫情下线上教学质量评价的理论与实践研究(SJGZ20200087)。

参考文献

- [1] 钟向阳. 大学生挫折管理与辅导[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2010: 23-56.
- [2] 冯江平. 挫折心理学[M]. 太原: 山西教育出版社, 1992: 56-79.
- [3] 王玉龙, 姚明, 易明. 不同心理弹性个体在挫折情境下的注意偏向——积极音乐的作用[J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 29(6): 470-475.
- [4] 王玉龙. “挫折”释义: 深层心理学的视角[J]. 武陵学刊, 2013, 38(5): 132-135.
- [5] 曾伏云. 学业挫折感对学生的影响及其成因[J]. 湖南第一师范学报, 2002, 2(3): 71-74.
- [6] 史小力, 杨鑫辉. 学业受挫大学生心理健康情况调查及大学生学业受挫成因与对策研究[J]. 心理科学, 2004, 27(4): 974-976, 973
- [7] 陈家敏, 杨莉萍, 谭梦鸽, 亓立东. 心理学质性研究方法论、研究方式与方法的自洽[C]//第二十四届全国心理学学术会议摘要集. 出版地: 出版社, 年份: 370-371
- [8] 陈选华. 挫折教育论[M]. 合肥: 中国科学技术大学出版社, 2006: 111-156.
- [9] 魏瑞斌, 李博文, 田大芳. 扎根理论在国内人文社会科学应用现状分析[J]. 科技情报研究, 2023, 5(2): 1-12.
- [10] 付媛姝, 罗京滨, 庞诗萍, 张旭东. 大学生学业挫折感问卷编制及信效度检验[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(12): 1888-1893
- [11] 杨威, 李馥荫, 李炳全. 大学生抗挫折心理能力、核心素养、应对方式对学业挫折感的影响[J]. 高教探索, 2021(3): 124-128.
- [12] 李馥荫, 康憧翌, 林宇君, 张旭东. 大学生学业挫折感与抗挫折心理能力的相关研究[J]. 吉林省教育学院学报, 2020, 36(10): 46-49.
- [13] 李春玉, 李清, 张旭东. 高职生学业挫折感现状调查研究[J]. 通化师范学院学报, 2020, 41(5): 104-109.
- [14] 李清, 余坤, 高东瑜, 唐彩霞, 廖秀文, 张旭东. 大学生抗挫折心理能力对学业挫折感的影响: 积极心理品质的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2019(7): 1077-1084.
- [15] 常英华. 大学生学业挫折感的调查与分析——以山西省高校新区为例[J]. 榆林学院学报, 2016, 26(4): 59-62+78.

- [16] 麻昕艳. 团体训练对高中生学业挫折感的作用分析[D]: [硕士学位论文]. 呼和浩特: 内蒙古师范大学, 2011.
- [17] 曾伏云. 中小学生学业挫折感的防治对策[J]. 企业家天地下半月刊(理论版), 2008(3): 103-104.
- [18] 柏璐, 贾媛媛, 蔡瑜, 咎倩. 大学生抗挫折能力、自尊、乐观归因风格调查分析[J]. 中国健康教育, 2022, 38(12): 1077-1081.
- [19] 何蔚. 挫折心理浅析[J]. 心理学探新, 1988(2): 57-61.
- [20] 陈森歆, 李炽平, 余浩洋. 新时代大学生挫折教育实践创新[J]. 教育教学论坛, 2023(6): 164-167.