

大学生生涯适应力的影响机制研究

张佳俐

(上饶职业技术学院, 江西 上饶 334109)

【摘要】大学生生涯适应力是影响创业意向的重要因素,为探讨大学生生涯适应力的影响因素及其作用机制,采用情绪智力量表、核心自我评价量表、一般自我效能感量表和生涯适应力量表对557名大学生进行调查。结果表明:1.情绪智力对大学生生涯适应力具有正向预测作用,情绪智力、核心自我评价、一般自我效能感和生涯适应力之间呈两两显著正相关;2.核心自我评价和一般自我效能感在情绪智力影响大学生生涯适应力之间起链式中介作用,具体包括三条路径:一是核心自我评价的中介作用;二是一般自我效能感的中介作用;三是核心自我评价和一般自我效能感的链式中介作用。因此,情绪智力不仅会直接影响大学生生涯适应力,并且会通过核心自我评价和一般自我效能感间接影响大学生的生涯适应力。

【关键词】情绪智力;核心自我评价;一般自我效能感;生涯适应力

情绪智力是指对自己与他人情绪的感知、评价和表达,以及运用情绪进行自我提升的能力(Mayer, Salovey, & Caruso, 2000)。研究显示,情绪智力较高的个体往往能控制并利用自身的情绪来帮助他们有效地解决所遇到的问题(王叶飞,谢光荣,2016),从而提升自己对生涯的适应性。因此,本研究提出假设1:情绪智力对大学生生涯适应力具有正向预测作用。

对大学生生涯适应力展开深入研究,应重点考察情绪智力如何影响大学生生涯适应力。通过阅读相关文献,本研究认为核心自我评价可能是情绪智力与大学生生涯适应力之间的中介变量。Judge等人认为核心自我评价是个体对自身所具有的能力和价值的评估(Judge & Bono, 2001),个体对自己、他人以及外在世界的评价和估计也潜移默化地受核心自我评价的影响(李洪玉,崔英文,何一粟,2014)。情绪智力水平较高的个体能更好地把握自己和他人的情绪,在遇到困难时会有效地利用这些信息更好地解决问题,从而产生较高的核心自我评价,研究也表明情绪智力正向预测核心自我评价(张丽,2009)。而拥有较高核心自我评价的个体,其生涯适应力往往较好(刘毅,程婧楠,梁三才,2016)。综上所述,情绪智力可能通过核心自我评价影响大学生生涯适应力。因此,本研究提出假设2:核心自我评价在情绪智力与大学生生涯适应力之间起中介作用。

自我效能感是一个人在某种情形中从事某种行为并取得预期结果的能力(管雯珺,2014),反映了一种个体面对环境挑战能采取积极行动的信念(申正付,杨秀木,孙雪芹,2013)。研究发现,情绪智力水平较高的个体在处于困境时可以更好地控制自己的情感,保持内心冷静和理智,在解决问题的过程中也会对自己更有信心,产生较高的一般自我效能感(郑显亮,顾海根,竺培梁,2008)。与此同时,一般自我效能感可以正向预测生涯适应力(张玉琴,

2019),一般自我效能感较强的个体,在面对生涯任务时往往更有信心,从而表现出较好的生涯适应力。因此,本研究提出假设3:一般自我效能感在情绪智力与大学生生涯适应力之间起中介作用。

那么,核心自我评价和一般自我效能感能否在情绪智力对大学生生涯适应力的影响中起到链式中介作用呢?研究表明,核心自我评价正向预测一般自我效能感(周正,韩悦,2014),核心自我评价高的个体会将成功归因于自身努力等内部因素,其自我效能感也越高(陈允恩,彭焱,姜宝顺,2017;邹伟强,2013)。如上文所述,情绪智力越高,生涯适应力越好(Harry, 2017),且一般自我效能感高的个体往往拥有较好的生涯适应力(Bartley & Robitschek, 2000)。综上所述,情绪智力可能通过核心自我评价和一般自我效能感影响大学生生涯适应力。因此,本研究提出假设4:核心自我评价和一般自我效能感在核心自我评价与大学生生涯适应力之间起链式中介作用。

综上所述,本研究将以大学生生涯适应力为突破口探讨大学生创业意向,考察情绪智力对大学生生涯适应力的预测作用,并分析核心自我评价和一般自我效能感在二者间的中介作用(如图1所示)。对这些问题的探讨将进一步揭示情绪智力与生涯适应力之间的作用机制,为更好地提高大学生的生涯适应力提供理论和实证依据。

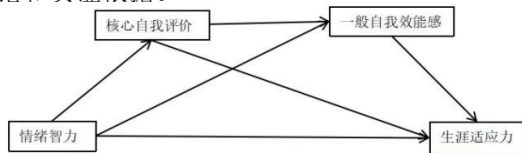


图1 概念框架图

一、对象与方法

本研究共发放问卷600份,获得有效问卷557份,问卷的回收率约为92.83%。

（一）情绪智力量表

采用傅俏俏等人修订的情绪智力量表（傅俏俏，叶宝娟，温忠麟，2012），包括 17 个项目。采用 5 点计分，从“1”（很不符合）到“5”（完全符合）。得分越高，表明被试情绪智力水平越高。本研究中该量表的 α 为 0.86。

（二）核心自我评价量表

采用杜建政等人修订的中文版核心自我评价量表（杜建政，张翔，赵燕，2012），包括 10 个项目。采用 5 点计分，从“1”（完全不同意）到“5”（完全同意）。分数越高表明被试核心自我评价水平越高。本研究中该量表的 α 为 0.84。

（三）一般自我效能感量表

采用 Schwarzer 等人编制的一般自我效能感量表（Schwarzer & Aristi, 1997），包括 10 个项目。采用 4 点计分，从“1”（完全不正确）到“5”（完全正确）。得分越高表明被试自我效能感越强。本研究中该量表的 α 为 0.91。

（四）生涯适应力量表

采用吴淑琬编制的生涯适应力量表（吴淑琬，2008），包括 21 个项目。采用 5 点计分，从“1”（非常不同意）到“5”（非常同意）。分数越高表明被试生涯适应力水平越高。本研究中该量表 α 为 0.89。

（五）共同方法偏差检验

采取 Harman 单因子法检验进行共同方法偏差检验。结果显示，特征根大于 1 的因素共 12 个，其中，第一个因素解释的累计变异量为 26.17%，小于 40% 的临界值，这表明本研究不存在共同方法偏差问题（周浩，龙立荣，2004）。

（六）数据处理

本研究运用 SPSS23.0 和 MPLUS7.0 软件对收集的数据进行分析和处理。

二、结果

（一）描述性统计

如表 1 所示，情绪智力、核心自我评价、一般自

我效能感及生涯适应力之间均呈显著的两两正相关。

（二）情绪智力对大学生生涯适应力的影响

采用结构方程模型检验核心自我评价和一般自我效能感在情绪智力和生涯适应力之间的中介效应，模型拟合指数为：RMSEA=0.06，SRMR=0.02，CFI=0.99，TLI= 0.98，模型拟合良好。情绪智力能够正向预测大学生的生涯适应力（ $\gamma=0.29$ ， $t=8.69$ ， $p<0.001$ ），假设 1 得到支持。情绪智力正向预测大学生核心自我评价（ $\gamma=0.37$ ， $t=9.43$ ， $p<0.001$ ），核心自我评价能正向预测大学生一般自我效能感（ $\gamma=0.44$ ， $t=12.60$ ， $p<0.001$ ），一般自我效能感能正向预测大学生生涯适应力（ $\gamma=0.19$ ， $t=4.94$ ， $p<0.001$ ），情绪智力能够正向预测大学生核心自我评价（ $\gamma=0.29$ ， $t=8.69$ ， $p<0.001$ ）。核心自我评价也可正向预测大学生生涯适应力（ $\gamma=0.41$ ， $t=11.43$ ， $p<0.001$ ）。

采用偏差校正百分位 Bootstrap（重复取样 5000 次）进行中介效应检验，核心自我评价在情绪智力与生涯适应力的中介效应 95% 的区间为 [0.11, 0.20]，中介效果量为 28.30%，中介作用显著，因此核心自我评价是情绪智力与生涯适应力之间的中介变量，假设 2 得到支持。一般自我效能感在情绪智力与生涯适应力之间的中介效应 95% 的区间为 [0.03, 0.10]，中介效果量为 11.32%，中介作用显著，因此一般自我效能感是情绪智力与生涯适应力之间的中介变量，假设 3 得到支持。核心自我评价和一般自我效能感在情绪智力与生涯适应力之间的中介效应 95% 的区间为 [0.02, 0.05]，中介效果量为 5.66%，中介作用显著。因此核心自我评价和一般自我效能感在情绪智力与生涯适应力之间起链式中介作用，即假设 4 得到支持。

三、讨论

（一）情绪智力对大学生生涯适应力具有显著的正向预测作用

本研究发现，情绪智力水平越高的大学生，其生涯适应力越好，这与以往研究一致（叶宝娟，李露，杨强，

表 1 描述统计和皮尔逊相关分析结果

变量	M	SD	1	2	3	4
1. 情绪智力	3.79	0.45				
2. 核心自我评价	3.34	0.59	0.37**			
3. 一般自我效能感	2.63	0.54	0.49**	0.56**		
4. 生涯适应力	3.64	0.44	0.54**	0.63**	0.56**	

注：样本容量 N=557，** $p<0.01$ 。

表 2 中介效应值与效果量

中介路径	效应值	效果量
直接效应	0.29	
中介效应		
情绪智力 - 核心自我评价 - 生涯适应力	0.15	28.30%
情绪智力 - 一般自我效能感 - 生涯适应力	0.06	11.32%
情绪智力 - 核心自我评价 - 一般自我效能感 - 生涯适应力	0.03	5.66%
总中介效应	0.24	45.28%
总效应	0.53	

2019)。情绪智力较高的大学生,能更好地感知他人的情绪并控制自己的情绪,从而与他人进行高效交流,长此以往,能更好地适应生涯角色和处理生涯问题,提高生涯适应力。由此可知,重视大学生的情绪智力的培养是提高其生涯适应力水平的重要举措。在阐明情绪智力对生涯适应力影响的基础上,本研究构建了一个链式中介模型,进一步探索情绪智力如何影响生涯适应力。

(二)核心自我评价在情绪智力与大学生生涯适应力之间起中介作用

本研究分析了核心自我评价在情绪智力和生涯适应力之间是否起中介作用。研究表明,核心自我评价在情绪智力和生涯适应力之间起中介作用。情绪智力水平越高的大学生,其核心自我评价水平越高(杨丹,2016),拥有更高情绪智力水平的大学生,在面对困难时能充分调动和利用资源,使之更好地处理和解决问题,从而产生较高的核心自我评价。拥有这种积极的核心自我评价的个体,在不同情境下,均能从容应对困难和挑战,保证工作效率和绩效,从而表现出更多的适应力(姚玲玉,2018)。因此,情绪智力水平高的个体往往能产生更高的核心自我评价,在这种自我评价的影响下,其生涯适应力水平也会相应提升。由此可知,在实践中学校教育不仅要对学生进行科学知识的传授,也应该注重学生情绪智力的培养,提高学生运用情绪获得和解决知识的能力,形成更积极的自我评价,进一步促进生涯适应力的提升。

(三)一般自我效能感在情绪智力与大学生生涯适应力之间起中介作用

本研究还探讨了情绪智力对大学生生涯适应力的影响能否通过一般自我效能感来实现。结果发现,情绪智力对大学生生涯适应力的影响通过一般自我效能感来实现。情绪智力水平越高,一般自我效能感越强,这与以往研究一致(李明霞,2007)。高情绪智力的个体,能敏锐地把握并利用情感信息,推动自己不断成长,使自己更加自信与充满活力(刘敏,2019),获得较高的一般自我效能感。自我效能感是一种重要的心理资源,这种资源促使个体迅速对生涯发展环境作出反应(张玉琴,2019),从而提高生涯适应力水平,大学生的情绪智力水平越高,越能整合并利用信息资源去面对生活和工作中的挑战,产生更好的自我效能感,在这种自我效能感的驱使下,个体会更愿意关注自己的生涯发展并产生更大的自信心,从而拥有更好的生涯适应力。因此,无论是家庭还是学校教育,都应致力于学生自我效能感的形成,而情绪智力的培养是有力的手段之一,利用情绪智力促进自我效能感的提升,在个体形成较高自我效能感时能对生涯探索产生更浓厚的兴趣和信心,加强生涯适应力。

(四)核心自我评价、一般自我效能感在情绪智力和大学生生涯适应力之间起链式中介作用

研究表明大学生一般自我效能感和核心自我评价在情绪智力与生涯适应力之间起链式中介作用。

正如上文所述,大学生情绪智力正向预测生涯适应力,本研究还发现核心自我评价影响一般自我效能感,及一般自我效能感影响大学生的生涯适应力,这与以往研究结果相符(周正等,2014;Bartley et al.,2000)。拥有较高的核心自我评价的个体,对自己的行为能力和价值产生更积极的评价,当处理生活和学习中遇到的问题时,会产生更高的自我效能感,在这种心态的驱使下,个体往往更能保证处理问题的效率,从而表现出更好地生涯适应力。也就是说,拥有较高情绪智力的大学生能更敏锐地感知和捕捉自己和他人的情绪,在工作和学习中利用这些信息解决问题使其形成更积极的核心自我评价,在这种自我评价的帮助下,个体能形成更高的一般自我效能感,长此以往,其生涯适应力也会相应提升。

(五)研究不足与展望

本文的研究也存在一些不足之处,有待于进一步改进:首先,本研究采用的是横向研究,难以解答各变量间因果关系,在以后的研究,可以引入纵向追踪研究,从而详尽了解变量之间关系。其次,本研究主要采用了自我报告法收集数据,今后可采用同伴报告等多种方法收集数据。

参考文献:

- [1] 陈允恩,彭焱,姜宝顺.高校应届毕业生核心自我评价、归因方式与就业焦虑的关系[J].中国健康心理学杂志,2017,25(11),1738-1740.
- [2] 杜建政,张翔,赵燕.核心自我评价的结构验证及其量表修订[J].心理研究,2012,5(3),54-60.
- [3] 傅俏俏,叶宝娟,温忠麟.压力性生活事件对青少年主观幸福感的影响机制[J].心理发展与教育,2012,28(5),516-523.
- [4] 管雯璐.大学生一般自我效能感、人际交往能力与社交焦虑、班级心理气氛之间的关系研究[D].华中师范大学,2014.
- [5] 李洪玉,崔英文,何一粟.核心自我评价研究综述[J].心理与行为研究,2014,12(3),400-406.
- [6] 李明霞.护理专业大学生情绪智力与自我效能感及应对方式的关系研究[D].山东大学,2007.
- [7] 李栩,侯志瑾,冯缦.大学生父母生涯发展期望、主动性人格、生涯适应力和生涯决策困难的关系[J].中国临床心理学杂志,2013,21(2),263-267&247.

基金项目:2023年江西省上饶职业技术学院思政专项“大学生创业意向模型构建及其应用研究”(课题编号:SRZY2023-C2-2)

作者简介:

张佳俐,女,汉族,江西省上饶市,1996年5月生,硕士研究生,毕业于江西师范大学,主要研究大学生职业规划和就业创业方向。