

# 大学生就业压力、生涯适应力与自杀意念的关系研究

陈奕荣, 杨广帅

(泉州师范学院教育科学学院, 福建 泉州 362699)

**摘要:**目的:考察生涯适应力在大学生就业压力与自杀意念之间所起的作用。方法:采用大学生就业压力问卷、大学生生涯适应力问卷(CSCAQ)、自杀意念自评量表(SIOSS),随机抽取河南省和福建省五所高校大三和大四学生360人进行调查。结果:男女大学生在就业压力和自杀意念上存在显著差异( $P < 0.05$ ),大四学生就业压力明显高于大三学生( $P < 0.05$ );相关分析表明,大学生就业压力与自杀意念呈显著正相关( $r = 0.398, P < 0.001$ )、与生涯适应力呈显著负相关( $r = -0.180, P < 0.01$ ),生涯适应力与自杀意念呈显著负相关( $r = -0.431, P < 0.001$ )。结构方程模型分析显示,大学生生涯适应力在大学生就业压力和自杀意念之间存在显著中介作用( $P < 0.001$ )。结论:大学生就业压力存在年级和性别差异,就业压力是自杀意念的一个重要影响因素。加强大学毕业生生涯适应力的培养,可有效降低由就业压力引发的自杀意念。

关键词:就业压力;自杀意念;生涯适应力;大学生

中图分类号: B848.4

文献标志码: A

文章编号: 1671-0479(2017)05-399-004

doi: 10.7655/NYDXBSS20170513

自杀意念(suicidal ideation, SI)是个体思想中出现死亡、自杀和严重自我伤害的内容,包括自杀的计划、步骤和想法<sup>[1]</sup>,是自杀未遂者和自杀死亡者早期的一种心理活动。自杀意念能有效地预测心理健康问题,同时也是预测自杀行为发生的重要指标<sup>[2-3]</sup>。大学生是自杀的高危人群,大学生自杀率是同年龄人的2~4倍,引起社会广泛关注<sup>[4]</sup>。因此,探讨自杀意念的影响因素,对自杀意念的干预,隔断自杀意念的发生、发展对预防大学生自杀行为具有重要意义。

已有研究表明,大学生自杀意念的发生受到诸多因素的影响。学习压力、环境适应、人际冲突、就业压力、情感问题、应对技能缺乏等因素,均可能导致焦虑和抑郁等心理问题和自杀意念的发生。近年来,随着大学毕业生逐年增多以及宏观经济和产业结构不合理的影响,大学生就业压力(employment pressure, EP)增大。由就业压力导致的大学生自杀事件受到学者们的关注。就业压力容易导致个体产生

紧张、压迫和焦虑的体验,影响主观幸福感,是导致其产生焦虑和抑郁症状等心理问题的重要因素,就业压力越高,心理问题越突出,自杀态度和自杀意念等危险性因素的发生概率增加<sup>[5-7]</sup>。

就业压力的产生是环境与个体的交互作用,大学生就业压力与当前就业形势有关,与个体内在的心理资源不足也有密切关系。生涯适应力(career adaptability, CA)是当前生涯发展的一个热点,是个体应对可预测的工作任务和角色,以及面对生涯变化或不可预测生涯问题的一种心理资源<sup>[8]</sup>。资源保存理论认为,个体压力过大,会引起资源失衡,从而导致倦怠和情绪耗竭等问题<sup>[9]</sup>。已有研究也发现,生涯适应力能够预测个体的主观满意度,并影响个体生涯发展和心理健康<sup>[10-11]</sup>。现有的有关就业压力的研究中,大多数学者从认知评价和情绪调节的视角探讨它们之间的关系,对生涯适应力在就业压力方面的影响机制探索仍然不够。生涯适应力作为一种有关生涯发展的心理资源,既影响着结果变量,也受

基金项目:福建省社科基金青年项目“大学生生涯心理资源:结构、特点、机制与应用研究”(FJ2015C082);泉州师范学院青年博士预研基金项目(2015QBSK05)

收稿日期:2017-06-29

作者简介:陈奕荣(1982—),男,福建晋江人,讲师,心理学博士,研究方向为生涯发展与心理健康。

到个体面临就业压力的前因变量的影响。因此,本研究假设生涯适应力作为就业压力对自杀意念影响的中介变量。

## 一、对象与方法

### (一)研究对象

采取随机抽样,抽取河南省和福建省五所高校大三和大四的学生为被试进行调查。回收问卷400份,有效问卷360份,有效率为90.0%。其中男生197人(54.7%),女生163人(45.3%);大三270人(75.0%),大四90人(25.0%);独生子女99人(27.5%),非独生子女261人(72.5%);城镇户口107人(29.7%),农村户口253人(70.3%)。被试涵盖理学、工学、哲学、经济学、法学、教育学、文学七个学科。平均年龄为21.12岁。

在征得学校和学生本人知情同意后,在教室对被试者进行团体施测。主试为经严格培训的心理学专业学生。调查前向被试者说明问卷内容严格保密,结果仅用于研究。要求被试者根据指导语认真、独立作答。被试者完成全部试卷约需要20分钟,所有试卷当场回收。

### (二)研究工具

#### 1. 就业压力问卷

就业压力问卷由张丽锦和邱桂平<sup>[12]</sup>编制,共26个题项,采用Likert5点计分,分数越高,表示就业压力越大。问卷分为四个维度:主观心理体验、就业情绪困扰、生理反应和行为表现。问卷总体及各因子的重测信度在0.64~0.73之间,内部一致性系数在0.65~0.93之间,分半信度为0.87。本研究中,问卷的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.91。

#### 2. 大学生生涯适应力问卷

大学生生涯适应力问卷由赵小云等<sup>[14]</sup>编制,共35个题项,由生涯控制、生涯好奇、生涯关注、生涯自信、生涯调适与生涯人际六个因子构成。问卷采用5级评分法,从1(完全不符合)到5(完全符合),分数越高表示生涯适应力越高。大学生生涯适应力问卷总问卷的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.90,总问卷的重测信度为0.92。本研究中,该问卷的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.91。

#### 3. 自杀意念自评量表

自杀意念自评量表由夏朝云等<sup>[14]</sup>编制,共计26个题项,包括绝望、乐观、睡眠和掩饰四个维度。该问卷采用两级评分,“是”或者“否”的回答模式。绝望、乐观和睡眠3个因子的总分大于等于12分作为筛选有自杀意念者的量表划界点,分数越高表示自杀

意念越强,掩饰因子大于等于4分为测量不可靠。该量表的重测信度为0.86,内部一致性系数为0.79。本研究中,该问卷的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.73。

### (三)统计学方法

采用SPSS19.0和AMOS 17.0软件进行数据分析。为了查找出大学毕业生自杀意念的影响因素,进行独立样本 $t$ 检验,验证大学生就业压力、生涯适应力和自杀意念在性别和年级方面是否存在差异,并在此基础上,进行相关分析、多元线性回归分析和结构方程模型分析,探讨三者之间的关系。 $P \leq 0.05$ 为差异有统计学意义。

## 二、结果与分析

### (一)不同特征大学生就业压力、生涯适应力和自杀意念的差异及相关分析

男大学生就业压力和自杀意念的得分明显高于女大学生,而在生涯适应力上并没有显著差异;大四毕业班学生在就业压力的得分明显高于大三学生,而在生涯适应力和自杀意念方面并没有显著差异(表1)。大学生就业压力与生涯适应力呈负相关( $r=-0.180, P<0.01$ ),与自杀意念呈正相关( $r=0.398, P<0.001$ );生涯适应力与自杀意念呈负相关( $r=-0.431, P<0.001$ )。

表1 不同特征大学生就业压力、生涯适应力和自杀意念的差异分析 [分, ( $\bar{x} \pm s$ )]

分类	就业压力	生涯适应力	自杀意念
性别			
男	2.71±0.61	3.33±0.48	8.41±4.25
女	2.49±0.65	3.37±0.51	7.17±3.81
$t$ 值	3.229*	-0.710	2.883*
年级			
大三	2.55±0.65	3.35±0.51	7.63±3.94
大四	2.79±0.55	3.33±0.42	8.51±4.52
$t$ 值	-3.198*	0.374	-1.771

\*: $P<0.01$ 。

### (二)大学生自杀意念影响因素的多元线性回归分析

以自杀意念为因变量,大学生就业压力和生涯适应力为自变量进行多元线性回归分析,判定系数 $R^2=0.292$ ,表示回归共同解释自杀意念的29.2%, $F=73.727, P<0.001$ ,即就业压力和生涯适应力对自杀意念具有很好的预测作用。

### (三)生涯适应力的中介效应检验

根据中介效应检验的程序<sup>[15]</sup>,采用结构方程模型分析变量间的关系,以就业压力为外源潜变量,自

杀意念为内生潜变量,检验就业压力对自杀意念的直接效应,各项指标分别是 $\chi^2/df=3.392$ ;拟合优度指数 $GFI=0.955$ ,调整的拟合优度指数 $AGFI=0.915$ ,递增拟合指数 $IFI=0.807$ ;近似均方根误差 $RMSEA=0.08$ 。就业压力对自杀意念的直接作用路径系数显著( $r=0.51, P < 0.001$ )。

加入生涯适应力中介变量,路径模型见图1,就业压力对自杀意念的直接作用路径系数由原来的( $r=0.51, P < 0.001$ )变为( $r=0.41, P < 0.001$ ),路径系数下降明显。各项拟合指标分别为 $\chi^2=219.886, \chi^2/df=2.971; GFI=0.915, AGFI=0.879, NFI=0.898, IFI=0.930, TLI=0.913, CFI=0.929; RMSEA=0.074$ 。大学生生涯适应力中介模型的拟合指数 $\chi^2/df \leq 5, RMSEA \leq 0.08$ 在可以接受范围, $GFI, NFI, IFI, TLI, CFI$ 的值在0.9以上,表示拟合度较好, $AGFI \geq 0.80$ 在可以接受的范围。因此,该模型拟合度可以接受。将大学生就业压力与自杀意念的路径系数约定为0,约束模型中 $\chi^2=263.832$ 。表明生涯适应力在就业压力与自杀意念之间具有部分中介效应。

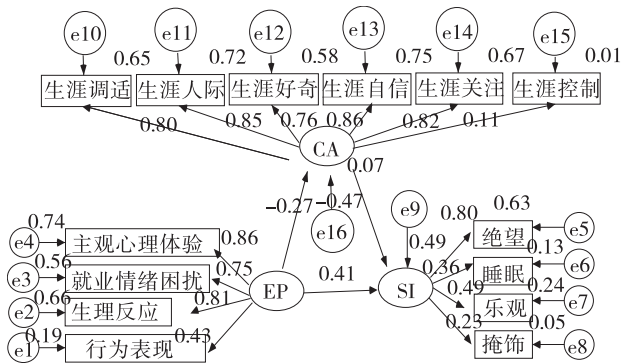


图1 就业压力对自杀意念的影响机制路径图

### 三、讨论

研究结果显示,大学生就业压力和自杀意念在性别上存在显著差异,男大学生在就业压力和自杀意念的得分明显高于女大学生,这与以往研究结果一致<sup>[16]</sup>。这是由于社会赋予男性更多的家庭和社会责任,承受更重的竞争压力,导致男大学生心理压力感明显高于女大学生,因此男大学生就业压力感和自杀意念得分较高。大四学生就业压力得分明显高于大三学生,这一结论亦得到相关研究的支持<sup>[17]</sup>。大学生就业压力在毕业季节表现最为明显,此时大学生正处于从学校到社会转变的过渡时期,各方面竞争激烈,容易产生应激和压力,存在的压力和自我体验压力都特别突出<sup>[18]</sup>。

相关分析的研究结果显示,就业压力和自杀意念存在显著正相关,就业压力对自杀意念具有显著

的预测作用。已有研究表明就业压力是自杀意念的一个重要影响因素,高校大学毕业生的求职压力是一个重要的应激源,就业压力得分越高,自杀意念出现的危险性也越大<sup>[19]</sup>。因此,高校毕业班学生心理健康教育要重点关注就业困难的学生,做好就业困难学生的就业指导工作,制定相应帮扶计划,关注其心理健康问题,降低自杀意念出现的风险。就业压力和自杀意念与生涯适应力存在显著负相关。生涯适应力作为与生涯发展有关的心理资源,压力越大,个体面临资源的投入产出比失衡,就会产生负性反应<sup>[20]</sup>,这间接为本研究中生涯适应力与就业压力之间的关系提供了支持。相关分析结果同时也表明,生涯适应力越高,自杀意念越低。生涯适应力与生活满意度、心理健康密切相关<sup>[21]</sup>,生涯适应力能提升大学生的生活满意度,促进心理健康,降低自杀意念,而生涯适应力低,则会降低其满意度,不利心理健康的发展,并增加自杀意念出现的危险。因此,大学生对于自己面临的就业压力要善于调整心态,激活心理资源,敢于面对挑战。

结构方程模型分析结果显示,生涯适应力在就业压力与自杀意念之间存在部分中介作用。阐述了大学生的就业压力如何影响自杀意念,生涯适应力会影响到个体感知就业压力的高低,而反过来就业压力会限制大学生生涯适应力这一心理资源的获取和提升,这导致了就业压力高的大学生表现出心理健康问题和自杀意念等危险性因素出现,这一结论对当前高校大学毕业生就业指导具有重要意义,在重视大学生能力和素质发展的同时,要重视其心理方面的感受,在意识到其就业压力的同时,不应忽视其生涯适应力的培养。

### 参考文献

- [1] Wm R, Suicidal ideation questionnaire (SIQ): professional manual [M]. FL: Psychological Assessment Resources, 1988:76-78
- [2] Zhang X, Wang H, Xia Y, et al. Stress, coping and suicide ideation in Chinese college students [J]. J Adolesc, 2012, 35 (3): 683-690
- [3] Thompson R, Proctor LJ, English DJ, et al. Suicidal ideation in adolescence: examining the role of recent adverse experiences [J]. J Adolesc, 2012, 35(1): 175-186
- [4] 翟书涛. 危机干预与自杀预防 [M]. 北京:人民卫生出版社, 1997: 194
- [5] 马明艳. 毕业生就业压力, 心理弹性与主观幸福感的关系研究 [J]. 社会心理科学, 2016, 31 (1): 32-35

- [6] 王乔恩, 罗雪. 应届毕业生的就压压力与抑郁: 应对方式的作用检验[J]. 中国全科医学, 2013, 16 (6): 1901-1909
- [7] 巢传宣, 杨艳. 大学生就业压力及其对自杀意念的影响[J]. 保健医学研究与实践, 2013, 10 (1): 26-29
- [8] Savickas ML. Career adaptability: an integrative construct for life-span, life-space theory[J]. Career Dev Q, 1997, 45 (3): 247-259
- [9] 曹霞, 瞿皎皎. 资源保存理论溯源, 主要内容探析及启示[J]. 中国人力资源开发, 2014 (15): 75-79
- [10] Hirschi A. Career adaptability development in adolescence: Multiple predictors and effect on sense of power and Life satisfaction [J]. J Vocat Behav, 2009, 74 (2): 145-155
- [11] 陈奕荣, 连榕, 陈坚, 等. 大学新生抑郁症对自杀意念的影响: 自杀行为认识的中介作用[J]. 南京医科大学学报(社会科学版), 2015, 15 (4): 298-301
- [12] 张丽锦, 邱桂平. 大学毕业班学生就业压力问卷的初步编制[J]. 中国学校卫生, 2007, 28 (8): 696-698
- [13] 赵小云, 谭顶良, 郭成. 大学生生涯适应力问卷的编制[J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 29 (6): 463-468
- [14] 夏朝云, 王东波, 吴素琴, 等. 自杀意念自评量表的初步制定[J]. 临床精神医学杂志, 2002, 12 (2): 100-102
- [15] 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 等. 中介效应检验程序及其应用[J]. 心理学报, 2004, 36 (5): 614-620
- [16] 陈琳琳. 广州地区大学生社会支持与自杀意念关系研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17 (2): 141-143
- [17] 迟松, 林文娟. 大学毕业班学生应激性事件的特点[J]. 中国心理卫生杂志, 2005, 19 (7): 439-441
- [18] 陈志霞. 武汉地区大学生求职状况调查[J]. 中国青年研究, 2002 (1): 16-19
- [19] 王小桃, 罗贵明. 大学生就业压力对自杀态度及意念影响[J]. 中国公共卫生, 2011, 27 (11): 1418-1419
- [20] Hobfoll SE. The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory [J]. Applied Psychology, 2001, 50 (3), 337-421
- [21] 李栩, 侯志瑾, 冯曼. 大学生生涯发展期望, 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

## Employment pressure, career adaptability and suicidal ideation among college students

Chen Yirong, Yang Guangshuai

(School of Education Science, Quanzhou Normal University, Quanzhou 362699, China)

**Abstract: Objective:** To investigate the relationships between employment pressure, career adaptability and suicidal ideation among college students. **Methods:** The random sampling was performed to select 360 junior and senior students from five schools of Henan and Fujian. The university graduate employment pressures questionnaire, college students' career adaptability questionnaire (CSCAQ) and self-rating idea of suicide scale (SIOSS) were used for investigation. **Results:** Significant gender differences were found in employment pressure and suicidal ideation ( $P < 0.05$ ). The employment pressure of senior students was significantly higher than that of junior students ( $P < 0.05$ ). The results showed that the employment pressure of college students was positively related to suicidal ideation ( $r = 0.398, P < 0.001$ ), and negatively related to career adaptability ( $r = -0.180, P < 0.01$ ); and career adaptability and suicidal ideation were negatively correlated ( $r = -0.431, P < 0.001$ ). Multiple regression analysis showed that career adaptability played a mediate role between employment pressure and suicidal ideation ( $P < 0.001$ ). **Conclusion:** College students' employment pressure was significant differences in grade and sex variables, and influenced suicidal ideation significantly. Improving the career adaptability of college graduates' can effectively reduce the suicidal ideation caused by employment pressure.

**Key words:** employment pressure; suicidal ideation; career adaptability; college students