

医学生积极心理资本与学习倦怠的关系研究

刘璐,陈佳萍,陆慧,王建明,刘思浚

南京医科大学公共卫生学院,江苏 南京 211166

摘要:目的:探讨医学生积极心理资本与学习倦怠的关系。方法:采用积极心理资本问卷和学习倦怠问卷对650名医学生进行调查。结果:医学生学习倦怠者216名,占34.9%;学习倦怠与心理资本之间有显著负相关($P < 0.01$);多因素分析显示,希望、韧性等积极心理资本是学习倦怠的有效预测变量。结论:教育工作者应加强对医学生积极心理资本的培养以降低学习倦怠的发生。

关键词:积极心理资本;学习倦怠;医学生

中图分类号: B848

文献标志码: A

文章编号: 1671-0479(2018)01-039-004

doi: 10.7655/NYDXBSS20180110

学习倦怠的概念起源于职业倦怠,学习倦怠是指学生因为长期的课业压力和负担,而产生精力耗竭,对课业及活动的热情逐渐消失,与同学态度冷漠疏远,以及对学业持负面态度的一种现象^[1]。国内外研究表明,大学生是学习倦怠的高危人群^[2-5]。心理资本是指个体的积极心理发展状态,包括自我效能、希望、乐观、韧性四个成分^[6],对个体的认知和行为会产生影响。研究显示,学习倦怠和心理资本之间有着密切的关联^[7-8],影响学习倦怠的深层次根源是作为个体动力源的积极心理资本。然而,对医学生积极心理资本及其各因子与学习倦怠关系的研究报道较少。

因此,为了解医学生积极心理资本与学习倦怠的状况及相互关系,为开展大学生心理健康教育提供相关的理论依据,笔者于2017年3—5月对南京市某医学院校学生进行问卷调查,现将结果报道如下。

一、对象与方法

(一)研究对象

采用整群随机抽样的方法选择某医学院校650名学生作为研究对象,在一年级至四年级每个年级各抽取6个班,包括临床、预防、口腔、护理、管理、药学等专业。本次研究共收回有效问卷619份,有效应答率95.2%。其中,男生192名,占31.0%,女生

427名,占69.0%;一年级175名,占28.3%,二年级153名,占24.7%,三年级155名,占25.0%,四年级136名,占22.0%。

(二)调查工具

1. 积极心理资本问卷

选取张阔等^[9]编制的积极心理资本量表。该量表包括自我效能、韧性、希望和乐观4个维度,共计26个项目,采用7级计分,得分越高表示正向心理能力越强。研究表明该量表的信、效度良好。

2. 学习倦怠问卷

选取连榕等^[10]编制的学习倦怠量表,该量表包括情绪低落、行为不当和成就感低3个维度,共计20个项目,采用5级计分,研究表明该量表具有良好的信、效度。得分越高表示学习倦怠状况越严重,学习倦怠均值的界定标准: ≤ 3 分为无倦怠,3~4分为轻中度倦怠, ≥ 4 分为重度倦怠。

此外,在调查过程中,还收集了研究对象的一般人口统计学资料,例如性别、出生日期、年级、家庭来源、父母的文化程度等。

(三)统计学分析

采用EpiData3.1软件录入数据,采用IBM SPSS24.0软件进行数据分析, $P \leq 0.05$ 为差异有统计学意义。

基金项目:中华医学会医学教育分会和中国高等教育学会医学教育专业委员会2016年医学教育研究立项课题(2016B-XL008);南京医科大学“十二五”教育研究课题(JYY2015059);全国医学专业学位研究生教育指导委员会2017年研究课题(B2-20170102-02);江苏高校品牌专业建设工程资助项目(PPZY2015A067)

收稿日期:2017-12-07

作者简介:刘璐(1982—),女,江苏南京人,硕士,讲师,研究方向为高等教育管理;刘思浚(1977—),女,江苏南京人,博士,副教授,研究方向为社会流行病学和慢性病流行病学,通信作者。

二、结果

(一)医学生学习倦怠与心理资本的状况

被调查的619名医学生中,情绪低落的平均得分为(2.84±0.68)分,行为不当的平均得分为(2.93±0.61)分,成就感低的平均得分为(2.74±0.55)分,学习倦怠的平均得分为(2.84±0.50)分。学习倦怠者216名,占34.9%。其中轻中度倦怠者210名,占33.9%;重度倦怠者6名,占1.0%。619名医学生心理资本的平均得分为(4.64±0.71)分,自我效能的平均得分为(4.49±0.88)分,韧性的平均得分为(4.33±0.94)分,希望的平均得分为(4.89±0.94)分,乐观的平均得分为(4.91±0.94)分。

(二)不同人口学特征医学生学习倦怠与心理资本各维度得分比较

对不同人口学特征医学生学习倦怠状况进行比较,男生在行为不当维度上得分显著高于女生

($P < 0.01$),两者在情绪低落和成就感低维度上得分差异无统计学意义($P > 0.05$);不同年级的学生在情绪低落维度上得分不同($P < 0.01$),在其他两个维度上的得分差异均无统计学意义($P > 0.05$);家庭来源为农村的学生在行为不当维度上得分显著高于城镇和城市的学生($P < 0.05$),两者在情绪低落和成就感低维度上得分差异无统计学意义($P > 0.05$);父母文化程度不同的学生在行为不当和成就感低两个维度上的得分不同($P < 0.05$)。结果见表1。

对不同人口学特征医学生积极心理资本状况进行比较,男生在自我效能维度的得分显著高于女生($P < 0.05$),女生在希望维度的得分显著高于男生($P < 0.05$);不同年级的医学生在希望和乐观维度上得分有显著差异($P < 0.05$);城镇和城市来源的医学生在自我效能维度的得分显著高于农村学生($P < 0.01$);父母文化程度不同的学生在自我效能维度上的得分存在显著差异($P < 0.01$,表1)。

表1 不同人口学特征医学生学习倦怠状况比较

[分, ($\bar{x} \pm s$)]

人口学特征	人数	学习倦怠			积极心理资本			
		情绪低落	行为不当	成就感低	自我效能	韧性	希望	乐观
性别								
女	427	2.81±0.65	2.89±0.58	2.74±0.50	4.44±0.85	4.31±0.95	4.95±0.93	4.96±0.88
男	192	2.92±0.74	3.04±0.67	2.73±0.65	4.59±0.95	4.38±0.92	4.76±0.95	4.80±1.05
年级								
一年级	175	2.78±0.68	2.93±0.58	2.71±0.56	4.55±0.81	4.47±1.01	4.92±0.89	5.06±0.90
二年级	153	3.02±0.64	3.03±0.62	2.83±0.51	4.44±0.82	4.28±0.85	4.75±1.01	4.71±0.95
三年级	155	2.73±0.61	2.86±0.59	2.73±0.51	4.51±0.85	4.24±0.91	5.07±0.85	5.05±0.81
四年级	136	2.84±0.75	2.91±0.64	2.69±0.64	4.42±1.06	4.32±0.97	4.81±1.00	4.80±1.06
家庭来源 ^a								
农村	255	2.83±0.69	3.00±0.63	2.80±0.56	4.32±0.87	4.25±0.96	4.82±0.97	4.86±0.94
城镇和城市	360	2.85±0.67	2.89±0.60	2.71±0.54	4.60±0.87	4.38±0.92	4.93±0.92	4.95±0.94
父亲文化程度 ^b								
初中及以下	236	2.86±0.68	3.02±0.60	2.82±0.55	4.29±0.84	4.28±0.96	4.82±0.96	4.86±0.99
高中或中专	201	2.82±0.62	2.94±0.57	2.74±0.52	4.55±0.85	4.41±0.86	4.89±0.92	4.96±0.85
大专及以上	180	2.85±0.74	2.81±0.64	2.65±0.58	4.67±0.94	4.30±0.99	5.00±0.93	4.93±0.98
母亲文化程度 ^c								
初中及以下	283	2.82±0.67	3.00±0.62	2.80±0.53	4.33±0.83	4.34±0.95	4.83±0.97	4.87±0.96
高中或中专	182	2.85±0.62	2.89±0.60	2.72±0.57	4.53±0.89	4.34±0.89	4.93±0.95	4.94±0.93
大专及以上	152	2.89±0.76	2.87±0.60	2.66±0.56	4.72±0.92	4.31±0.98	4.98±0.87	4.97±0.93

a:4名学生对家庭来源没有应答;b:2名学生对父亲文化程度没有应答;c:2名学生对母亲文化程度没有应答。

(三)医学生心理资本与学习倦怠的相关分析

为初步分析医学生心理资本与学习倦怠之间的关系,进行相关分析,学习倦怠与心理资本之间有显著的负相关($P < 0.01$),相关系数在-0.54~-0.18之间(表2)。

(四)医学生学习倦怠的多元线性回归分析

以学习倦怠得分为因变量,以人口学变量及心理资本四个维度的得分为自变量,首先进行多元逐步回归分析,筛选出与学习倦怠显著相关的因素作

表2 医学生学习倦怠和积极心理资本的相关分析 (r)

维度	学习倦怠	情绪低落	行为不当	成就感低
积极心理资本	-0.53**	-0.36**	-0.41**	-0.54**
自我效能	-0.40**	-0.18**	-0.33**	-0.52**
韧性	-0.36**	-0.33**	-0.18**	-0.31**
希望	-0.53**	-0.35**	-0.51**	-0.46**
乐观	-0.37**	-0.24**	-0.28**	-0.40**

**: $P < 0.01$ 。

为入选多元线性模型的变量,然后进行多元线性回归分析。医学生的心理资本与学习倦怠之间有密切的关系($F=64.47, P<0.001$),希望和韧性两个因素能够有效预测医学生学习倦怠程度(P 均 <0.001),能解释学习倦怠34.0%的变异($r^2=0.340$)。

三、讨论

学习倦怠包括情绪低落、行为不当和成就感低三个部分,情绪低落是指大学生由于不能较好地处理学习中遇到的问题而表现出的倦怠、沮丧、缺乏兴趣等情绪特征;行为不当是指学生由于厌倦学习出现逃课、不听课、迟到、早退、不交作业等行为特征;成就感低是指学生在学习体验到的低成就的感受,或者指完成学习任务时能力不足所产生的学习能力上的低成就感^[1]。近年来,许多研究开始关注大学生的学习倦怠状况,提出大学生是学习倦怠的高发人群。

本次研究结果显示,医学生学习倦怠者216名,占34.9%,与孙瑞等^[8]的调查结果一致。说明医学生由于学习压力与繁重的课业负担而导致学习倦怠的现象较为严重,必须对其进行必要的干预,否则倦怠程度会进一步加剧。男生在行为不当维度上得分显著高于女生,可能因为女生在自律性方面优于男生,后者更容易出现旷课、迟到等不良行为。大二学生在情绪低落维度上得分最高,可能由于医学生在二年级开始学习专业课程,考试与学习负担进一步加剧,常常会遇到失败、挫折,进而导致倦怠、沮丧的情绪。家庭来源为农村的学生在行为不当维度上得分显著高于城镇和城市的学生,前者往往有更加强烈的学习动机,在学习上对自己要求较高,当不能达到目标时会对学习产生厌倦心理,进而出现不良的行为。父母文化程度不同的学生在行为不当和成就感低两个维度上的得分存在显著差异,文化程度较高的父母大多采用积极的教养方式,即教育观念、对待子女的态度以及相应的言行举止良好^[12],因此学生可以体验到父母情感上的温暖,得到更多的支持与理解,对学习有积极的态度,能够胜任相应的学习任务并且体验到一定的成就感,较少出现不良的行为。

本次研究结果表明,医学生积极心理资本以及四个维度的平均得分都在量表分值4分以上,说明医学生具有较好的积极心理资本状态。男生在自我效能维度的得分显著高于女生,与付立菲等^[7]的研究结果一致。女生在希望维度的得分显著高于男生,与梁永锋等^[13]的研究结论相一致。大一学生在乐观维度上的得分最高,原因在于一年级医学生在学习方面相对比较轻松,学生心态平和。而大三学生在希望维度的得分最高,可能与三年级医学生

已经适应医学院校的学习、心理素质较好有关。城镇和城市来源的医学生在自我效能维度的得分显著高于农村学生,说明前者比后者更加自信,可能是由于农村大学生的心理由于客观条件的原因较为脆弱。父母文化程度不同的学生在自我效能维度上的得分存在显著差异,文化程度不同会导致父母教养方式上存在差异,文化程度较高的父母会对子女表现出更多的关心、理解和鼓励等,从而影响个体的自尊和自我效能感。

医学生的学习倦怠及各维度与心理资本及各维度均存在显著负相关,说明医学生心理资本及各维度表现越好,其发生学习倦怠的可能性就越小。进一步分析心理资本对学习倦怠的影响,结果显示医学生心理资本中希望和韧性两个因素对学习倦怠有显著的负向预测效应,可以解释学习倦怠34.0%的变异。当个体拥有较高的希望和韧性水平时,即对未来充满希望进而产生切实可行的计划,在遇到逆境、冲突、失败和压力时可以自我调节,因此对个体的学习倦怠会发挥缓解作用。学习倦怠是在外在环境和内在个体因素作用下出现的问题,当外在环境压力持续存在时,调节内在个体因素可以成为解决和预防学习倦怠的方式。心理资本是一种可以测量和开发并且对学习有促进作用的个体积极心理状态,因此对于提高学生的学习兴趣、减少学习倦怠等具有积极作用。

由此可见,希望、韧性等积极心理资本是影响医学生学习倦怠的重要因素之一,学校在进行医学生心理健康教育时应该加强对医学生积极心理资本尤其是希望、韧性的培养,对学习倦怠的高发人群进行早期干预,有助于促进医学生的心理健康,提高高等教育教学的质量。

参考文献

- [1] 叶钰侨,陆爱桃,张心怡,等. 大学生社会支持对学习倦怠的影响:经济状况和生活满意度的有调节中介模型[J]. 心理研究,2017,10(4):79-85
- [2] 李玉媛,姜荣荣,张丹萍,等. 282名本科护生学习倦怠现状及影响因素分析[J]. 护理学报,2017,24(2):57-60
- [3] 吕斯欣,李丽霞,柯斌斌,等. 广州某高校大学生学习倦怠及影响因素 Logistic 回归分析[J]. 中国学校卫生,2014,35(1):120-123
- [4] Santen SA, Holt DB, Kemp JD, et al. Burnout in medical students: examining the prevalence and associated factors[J]. South Med J, 2010, 103(8):758-763
- [5] Seo JH, Kim HJ, Kim BJ, et al. Educational and relational stressors associated with burnout in Korean medical students[J]. Psychiatry Investig, 2015, 12(4):

- 451-458
- [6] Luthans F, Luthans KW, Luthans BC. Positive psychological capital: beyond human and social capital [J]. *Bus Horiz*, 2004, 47(1):45-50
- [7] 付立菲, 张阔. 大学生积极心理资本与学习倦怠状况的关系[J]. *中国健康心理学杂志*, 2010, 18(11):1356-1359
- [8] 孙瑞, 李莉萍, 高杰. 本科护生心理资本与学习倦怠的关系研究[J]. *护理研究*, 2012, 26(32):3005-3006
- [9] 张阔, 张赛, 董颖红. 积极心理资本: 测量及其与心理健康的关系[J]. *心理与行为研究*, 2010, 8(1):58-64
- [10] 连榕, 杨丽娴, 吴兰花. 大学生的专业承诺、学习倦怠的关系与量表的编制[J]. *心理学报*, 2005, 37(5):632-636
- [11] 连榕, 杨丽娴, 吴兰花. 大学生专业承诺、学习倦怠的状况及其关系[J]. *心理科学*, 2006, 29(1):47-51
- [12] 罗云, 陈爱红, 王振宏. 父母教养方式与中学生学业倦怠的关系: 自我概念的中介作用[J]. *心理发展与教育*, 2016, 32(1):65-72
- [13] 梁永锋, 刘少锋, 何昭红. 大学生积极心理资本与生活满意度的相关性[J]. *中国健康心理学杂志*, 2016, 24(3):410-412, 413

The relationship between positive psychological capital and learning burnout among medical university students

Liu Lu, Chen Jiaping, Lu Hui, Wang Jianming, Liu Sijun

School of Public Health, Nanjing Medical University, Nanjing 211166, China

Abstract: Objective: To investigate the relationship between positive psychological capital and learning burnout among medical university students. **Methods:** A total of 650 medical university students were tested using positive psychological capital questionnaire and learning burnout questionnaire. **Results:** About 34.9% (216) of medical university students felt the learning burnout. Positive psychological capital was negatively related to learning burnout ($P < 0.01$). Multiple regression analysis indicated that hope factor and resilience factor were the effective predictors of learning burnout. **Conclusion:** It is important to strengthen the positive psychological capital and prevent burnout of medical university student.

Key words: positive psychological capital; learning burnout; medical university students