

民办高校新生情绪管理能力现状的 调查研究

高 琴 熊少琨

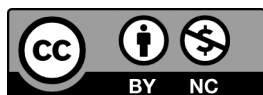
武汉文理学院教育学院，武汉

摘 要 | 为了解民办高校新生情绪管理能力现状，本研究通过查阅文献，采用了问卷调查的方法，随机抽取 310 名民办高校新生进行问卷调查，并对数据进行统计学分析，得出了当前民办高校新生情绪管理能力总体呈现中等偏高水平的结果。

关键词 | 民办高校新生；学业自我效能感

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



情绪管理能力是指个体在日常生活中对自己及他人情绪的觉察与理解，采用一定的办法进行调控和运用最后表现出来的过程^[1]。近些年来，有关情绪管理能力方面的研究显示，情绪管理能力与多种因素存在相关，大学生具备良好的情绪管理能力，既有助于促进大学生身心健康成长，也能实现人际关系和谐和自我超越^[2]。辛自强、张梅、何琳在对大学生心理健康变迁的横断历史研究中提出，1986 至 2010 年间，大学生的心理健康的整体水平逐步提高，而这种提高主要体现在大学一年级以上的学生。因此对新生而言，心理健康状态仍是需

作者简介：高琴，女，武汉文理学院教育学院讲师，研究方向：发展与教育心理学；熊少琨，女，武汉文理学院教育学院学生，研究方向：应用心理学。

文章引用：高琴，熊少琨. 民办高校新生情绪管理能力现状的调查研究 [J]. 心理咨询理论与实践, 2023, 5 (5): 487-493.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0505043>

要重点关注的方向^[3]。情绪管理能力是大学生心理健康状态的一个重要的衡量标准。但以民办高校新生心理健康问题中的情绪管理能力为焦点进行研究的情况并不普遍。本研究希望通过采用问卷调查的方式，了解当前民办高校新生的情绪管理能力现状，并针对新生情绪管理能力方面存在的问题提出相应的应对策略。

1 研究对象和方法

1.1 研究对象

选取各民办高校不同专业的新生，通过线上和线下两种方式发放问卷进行测试，共发放 310 份问卷，回收后剔除无效问卷（无效问卷的标准：答题时间少于 1 分钟）还剩 304 份，有效率为 98%，被试基本情况如表 1 所示。

表 1 有效人数分布情况（N=304）

Table 1 Distribution of valid people (N=304)

变量类别	划分	频率	百分比
性别	男	116	38.16%
	女	188	61.84%
专业	理工科	169	55.59%
	文科	75	24.67%
	艺术类	40	13.16%
	医学	20	6.58%
是否为班干部	是	99	32.57%
	否	205	67.43%

从频率分析结果可以看出，数据分布情况基本满足抽样调查的要求。

1.2 研究工具

本次研究采用的是由孟佳编制的大学生情绪管理能力问卷，该问卷将情绪管理能力分为五个维度：情绪觉察能力、情绪理解能力、情绪辨别能力、情绪调控能力和情绪表现能力。它们的内部一致性 α 系数分别为 0.737、0.739、0.771、

0.788、0.780，表明该问卷信度较高。情绪觉察能力是 1，5，10，13 题；情绪理解能力是 2，3，9 题；情绪辨别能力是 4，7，8 题；情绪调控能力是 6，11，12，14，15，20 题；情绪表现能力是 16，17，18，19，21，22 题，总共 22 道测试题，采用 Likert5 点计分法，分数越高表示情绪管理能力越好。

1.3 研究方法

本次研究采用文献法、问卷调查法开展研究。

2 研究结果

2.1 民办高校新生情绪管理能力的总体情况

民办高校新生情绪管理能力的总体及各因子描述统计情况如表 2 所示。

表 2 民办高校新生情绪管理能力的总量表及各维度的描述性统计结果

Table 2 Total emotional management ability of freshmen in private colleges and universities and descriptive statistical results of each dimension

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>MIN</i>	<i>MAX</i>
情绪觉察	304	15.40	2.73	4	20
情绪理解	304	11.75	2.23	3	15
情绪辨别	304	11.29	2.35	3	15
情绪调控	304	21.75	4.80	6	30
情绪表现	304	22.13	4.57	6	30
总体	304	82.33	14.36	25	110

注：*N*= 人数，*M*= 均值，*SD*= 标准差，*MIN*= 极小值，*MAX*= 极大值。

根据表 2 的数据结果，可以看出，情绪管理能力整体量表平均分为 82.33 分，高于总体量表的理论中值（66 分），处于中等偏上水平；其中情绪表现因子得分最高，为 22.13，情绪辨别因子得分最低，为 11.29，各因子均分从高到低排列为：情绪表现、情绪调控、情绪觉察、情绪理解、情绪辨别，所有因子均分都高于中值。

2.2 民办高校新生情绪管理能力在人口学变量上的差异检验

(1) 情绪管理能力在性别上的差异分析

根据表 3 可以看出, 不同性别的民办高校新生在情绪管理能力各维度上及总体的差异性检验分数分别为 0.097、0.224、0.195、0.669、0.935、0.564, 均大于显著性水平 0.05, 因此性别变量上的民办高校新生情绪管理能力不存在显著性差异。

表 3 性别差异分析

Table 3 Analysis of gender differences

	男 (N=115) M ± SD	女 (N=188) M ± SD	t	p
情绪觉察	15.03 ± 3.28	15.62 ± 2.32	-1.667	0.097
情绪理解	11.56 ± 2.43	11.88 ± 2.09	-1.219	0.224
情绪辨别	11.07 ± 2.51	11.43 ± 2.24	-1.299	0.195
情绪调控	21.93 ± 5.60	21.67 ± 4.25	0.429	0.669
情绪表现	22.10 ± 5.05	22.15 ± 4.28	-0.082	0.935
总体	81.70 ± 16.74	82.74 ± 12.76	-0.577	0.564

注: * 表示 $p < 0.05$, ** 表示 $p < 0.01$, *** 表示 $p < 0.001$, N= 人数, M= 均值, SD= 标准差。

(2) 情绪管理能力在专业上的差异分析

数据结果由表 4 可见, 不同专业的民办高校新生在情绪管理能力上的差异性检验分数为 0.000, 小于显著性水平 0.001, 存在极其显著性差异。不同专业的民办高校新生在情绪管理能力各维度上的差异性检验分数分别为: 0.002、0.001、0.000、0.000、0.000, 均小于显著性水平 0.01, 存在显著性差异。

表 4 专业上的差异分析

Table 4 Analysis of differences in majors

	理工科 (N=169) M ± SD	文科 (N=75) M ± SD	艺术类 (N=40) M ± SD	医学 (N=20) M ± SD	f	p
情绪觉察	14.93 ± 2.72	15.59 ± 2.24	16.28 ± 2.10	16.85 ± 2.83	5.22**	0.002
情绪理解	11.34 ± 2.17	11.99 ± 2.12	12.50 ± 2.39	12.80 ± 2.04	5.43**	0.001

续表

	理工科 (N=169)	文科 (N=75)	艺术类 (N=40)	医学 (N=20)	<i>f</i>	<i>p</i>
	<i>M</i> ± <i>SD</i>	<i>M</i> ± <i>SD</i>	<i>M</i> ± <i>SD</i>	<i>M</i> ± <i>SD</i>		
情绪辨别	10.82 ± 2.29	11.60 ± 2.12	12.05 ± 2.57	12.65 ± 2.23	6.72***	0.000
情绪调控	20.76 ± 4.52	21.72 ± 4.33	24.45 ± 5.32	24.75 ± 4.66	10.24***	0.000
情绪表现	21.25 ± 4.39	22.01 ± 4.49	24.50 ± 4.08	25.30 ± 4.52	9.64***	0.000
总体	79.10 ± 13.52	82.90 ± 12.90	89.78 ± 15.03	92.45 ± 15.57	10.71***	0.000

注：* 表示 $p < 0.05$ ，** 表示 $p < 0.01$ ，*** 表示 $p < 0.001$ ，*N* = 人数，*M* = 均值，*SD* = 标准差。

(3) 情绪管理能力在是否为班干部上的差异分析

根据表 5 的数据可知，在是否为班干部变量上，是班干部学生的情绪管理能力水平显著地高于非班干部的学生 ($t=2.386$, $p=0.018$, 小于 0.05)。通过进一步对各维度得分在是否为班干部变量上差异检验发现，情绪觉察维度上担任班干部的学生的得分要显著高于未担任班干部的 ($t=2.516$, $p=0.012$, 小于 0.05)、情绪理解维度上担任班干部的学生的得分要显著高于未担任班干部的 ($t=2.046$, $p=0.042$, 小于 0.05)、情绪辨别维度上担任班干部的学生的得分要显著高于未担任班干部的 ($t=2.578$, $p=0.010$, 小于 0.05)、情绪表现维度上担任班干部的学生的得分要非常显著高于未担任班干部的 ($t=2.724$, $p=0.007$, 小于 0.01)，情绪调控维度上的差异性检验值为 0.367，大于显著性水平 0.05，不存在差异性显著。

表 5 是否为班干部上的差异分析

Table 5 Is the difference analysis of class cadres

	是 (N=99)	否 (N=205)	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i> ± <i>SD</i>	<i>M</i> ± <i>SD</i>		
情绪觉察	15.96 ± 2.28	15.13 ± 2.65	2.516*	0.012
情绪理解	12.12 ± 2.21	11.57 ± 2.22	2.046*	0.042
情绪辨别	11.79 ± 2.43	11.05 ± 2.27	2.578*	0.010
情绪调控	22.11 ± 5.13	21.58 ± 4.64	0.903	0.367
情绪表现	23.15 ± 4.42	21.64 ± 4.57	2.724**	0.007
总体	85.13 ± 14.95	80.97 ± 13.90	2.386*	0.018

注：* 表示 $p < 0.05$ ，** 表示 $p < 0.01$ ，*N* = 人数，*M* = 均值，*SD* = 标准差。

2.3 讨论与分析

通过调查研究发现,民办高校新生情绪管理能力水平处于中等偏高的水平,说明民办高校新生的情绪管理能力都比较好。在性别变量上,情绪管理能力及各维度均不存在显著的差异。这可能是因为当下越来越开放和包容的社会环境下,男女生在情绪管理能力水平上并未表现出明显差异。在专业变量上,情绪管理能力及各维度均存在显著性差异,且医学专业的得分均显著高于其他专业的学生。这可能是因为,医学专业对情绪管理能力的要求更高,成为一名合格的医生,不仅需要专业的理论知识,还需要有一个稳定的情绪,因此医学专业的得分比其他专业要高。在是否为班干部变量上,班干部学生的情绪管理能力显著的高于非班干部学生;在情绪觉察、理解、辨别和表现维度上,班干部学生的情绪管理能力显著高于非班干部学生;在情绪调控维度上,是否班干部对民办高校新生的情绪管理能力的得分没有影响。学生干部需要管理班级,在同学和老师之间做好一个桥梁的链接工作,他们也需要处理班级和同学遇到问题,所以更需要他们具有一个积极稳定的情绪,在处理事情时管理好自己的情绪才能更好的解决问题,因此也就不难理解那些担任班干部的学生情绪管理能力比非班干部学生好。

3 结论及展望

研究表明,民办高校新生的情绪管理能力处于中等偏上,新生的情绪管理能力分别在专业以及是否为班干部等因素上存在差异。在这一结果基础上,笔者认为,可以进一步将民办高校新生的情绪管理能力与非民办高校新生进行对比,了解民办高校新生情绪管理能力中等偏高这一结果是当前大学生普遍存在的现象还是存在其他人口学变量上的差异。同时,针对民办高校新生情绪管理能力方面的研究,还可以采用团体心理辅导的方式,提高民办高校新生的情绪管理能力,进一步完善民办高校新生的心理健康水平。

参考文献

- [1] 吴思雨,李莉,邬闻文,等.大学生情绪管理能力对学习投入的影响:

- 学业自我效能感的中介效应 [J]. 卫生职业教育, 2023, 41 (9): 120–124.
- [2] 王朝东, 楼佳丽. 大学生情绪管理探析 [J]. 宁波教育学院学报, 2023, 25 (2): 99–102.
- [3] 辛自强, 张梅, 何琳. 大学生心理健康变迁的横断历史研究 [J]. 心理学报, 2012, 44 (5): 664–679.

Research on the Current Situation of Emotional Management Ability of Freshmen in Private Universities

Gao Qin Xiong Shaojun

Wuhan University of Arts and Science, Wuhan

Abstract: In order to understand the current situation of emotional management ability of the freshman in private universities, this study used literature review and questionnaire survey method, randomly selected 310 new students from private universities for questionnaire survey, and conducted statistical analysis on the data. The results showed that the overall emotional management ability of the freshman in private universities showed a moderate to high level.

Key words: The freshman of private college; Academic self-efficacy