

封校管理期间大学生的控制感与社会适应能力的关系研究：积极应对方式的中介作用

褚彩云 程科

西南民族大学教育学与心理学学院，成都

摘要 | 目的：在新冠疫情期间高校的封校管理的背景下，探讨大学生的控制感、社会适应与应对方式之间的关系。方法：采用方便取样从17所高校选取大学生群体，采用Rotter的《控制感量表》，郑日昌《社会适应力量表》和解亚宁的《简易应对方式》（SCSQ）进行调查。结果：大学生的社会适应能力存在人口学变量上的差异；在校大学生控制感、积极应对方式与社会适应能力之间呈现显著正相关；积极应对方式在控制感对社会适应能力之间中起到中介作用。结论：积极应对方式和控制感水平对大学生的社会适应能力具有预测作用，因此，提高积极应对方式和控制感水平有利于在校大学生的社会适应水平。

关键词 | 封校管理；大学生；控制感；应对方式；社会适应能力

Copyright © 2021 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/>



1 引言

2020年1月新冠肺炎肆虐全球，全球防疫形势严峻，高校作为人员密集居住和活动的场所，极易发生疾病的传染。由于新冠肺炎期间正处于高校放假期间，因此，高校并未出现新冠肺炎大规模流行的情况。当前国内新冠肺炎疫情总体呈现向好的局势，但全球范围内的疫情防控并没有结束。而且受到季节转换等因素的影响，病毒能否被扼杀在我们的生活之外，取决于疫情防控力度和每个人的重视程度。自2020年8月份以来，全国各地的高校纷纷开学，并根据国家防疫要求采取了封闭管理措施，从物理上切断病毒的传染路径。目前全国高校实行封校管理已有两个月的时间，在本研究调查的237名大学生中，关于高校封校管理态度使用了五点计分的方式，结果表明81.85%的大学生对所在学校的封校管理政策的态度是部分同意或完全同意，说明在校大学生总体上对高校的封校管理政策在思想和认识上是支持和认可的。但是在新冠肺炎和封校管理的双重压力下，高校大学生在封校期间的社会适应情况和心理健康状况

通讯作者：褚彩云，西南民族大学教育学与心理学学院研究生，邮箱：caiyun_chu@163.com。

文章引用：褚彩云，程科。封校管理期间大学生的控制感与社会适应能力的关系研究：积极应对方式的中介作用[J]。中国心理学前沿，2021，3(8)：799-805。

<https://doi.org/10.35534/pc.0308095>

如何呢？

社会适应也叫做适应行为，最早是源于对于智力缺陷、落后的诊断标准的研究，是指个体保持其独立和承担责任的技能，因此又被称为社会适应能力。朱智贤主编的《心理学大词典》认为，社会适应能力是个体接受当下的社会生活方式、道德规范和行为准则的过程^[1]。“控制感”的概念来源于 Rotter 的社会学习理论，它可以用来解释为什么有些人会积极主动的应付困难处境，而另外一些人则表现出消极的内心状态。高内控者认为强化物或后果主要取决于自己的努力，高外控者则认为，后果主要依赖于运气、机会、命运或其它外部力量。因此，内控者会认为个人的努力会带来结果的变化，外控者则认为个人的努力不会带来结果的变化，这也是个体面对困难时能否表现出积极心态的原因^[2]。控制感是有关情绪健康和压力应对心理学理论中的核心概念，控制感在压力应对过程中发挥着重要作用^[3]。控制感和社会适应能力是衡量个体心理健康水平的重要指标，众多研究表明，社会适应与个体的控制感具有密切的关系。虽然负性生活事件作为应激源能够影响到个体的社会适应水平，但积极的应对方式和较高的控制感可以在面对应激事件时，促使个体有目的、有意识的采取灵活的调节方式，提高社会适应能力^[4]。

关于应对方式的定义，黄希庭认为应对方式是指个体为了减轻负性事件带来的压力而做出的意志努力或行为反应^[5]。应对方式的分类，目前学界使用的较多的有三种，分别是两维度、三维度和多维度。姜乾金和黄丽将应对方式分为两大类：积极应对指个体更偏向于用积极乐观的心态面对问题，这种应对方式适应性强，并且有效；消极应对是个体更偏向于用消极的心态逃避问题，这种应对方式适应性弱^[6]。这种分类方式与本研究所使用的解亚宁的应对方式量表是一致的。一项关于医学生压力应对的研究表明，医学院学生的社会适应能力与应对方式存在显著的正相关关系，社会适应能力和应对能力是密切相关的^[7]。

综上所述，本研究采用社会适应力量表、控制感量表和简易应对方式评定封闭式管理下大学生的社会适应现状，并分析大学生的控制感、应对方式与社会适应的关系，为学校管理工作者和心理卫生工作者提供依据。本研究假设：控制感、应对方式对社会适应能力具有预测作用，应对方式在控制感对社会适应的影响中起中介作用。

2 对象与方法

2.1 对象

本文的研究对象选择的是在校的各年级的大学生本科生、研究生。选择的被试主要是来自西南民族大学、四川农业大学、闽南师范大学、福州大学、安徽农业大学、哈尔滨工程大学等 17 所高校在校学生。共发放问卷 239 份，回收有效问卷 237 份，占总问卷的 99%。具体信息见表 1。

表 1 大学生的基本情况 (N=237)

Table 1 Basic Information of College Students

	男生	女生	文史类	理工科
人数	94	143	186	51
比率 (%)	40%	60%	78%	22%

2.2 研究工具

2.2.1 控制感量表

控制感量表是由 R.B.Rotter 编制^[8]的，该量表每个项目均为一组内控性陈述和外控性陈述，被试从中选择一个，对外控选择性计分，得分范围在 0（极端内控）到 23（极端外控）之间，平均分为 11 分（高于 11 分为偏内部归因者；低于 11 分为偏外部归因者）。本研究中该问卷的内部一致性系数为 0.712。

2.2.2 简易应对方式问卷

应对方式量表采用的是解亚宁编制的简易应对方式问卷（SCSQ）^[9]。该问卷包括 20 个条目，由积极应对和消极应对两个维度组成。积极应对维度由题项 1 至 12 组成，重点反映了积极应对的特点；消极应对由题项 13 至 20 组成，重点反映消极应对的特点。该问卷采取 4 级评分（不采用、偶尔采用、有时采用和经常采用，分别计为 0, 1, 2, 3）。本研究中该问卷的内部一致性系数为 0.627。

2.2.3 社会适应性量表

社会适应量表采用的是由北京师范大学郑日昌编制的社会适应力量表^[10]，该量表共有 20 个项目，其中包括 10 道正向题（2、4、6、8、10、12、14、16、18、20）。正向题计分为：“是”时记 2 分，选“无法肯定”时记 0 分，选“不是”记 -2 分；反向题计分反之。总分相加后，按照分数从高到低分为五个等级进行评价：35-40 分：社会适应能力极强，无论进入何种环境都能应付自如，与人交往时轻松大方，给人的印象极好。29-34 分：社会适应能力较强，进入一个新环境后能较好地适应。17-28 分：社会适应能力一般，进入一个新环境后，经过一段时间的努力基本上能适应。6-16 分：社会适应能力较差，对环境因素比较依赖，容易将自己遇到的困难进行错误的归因，甚至消沉。5 分以下：社会适应能力很差，无论在什么样的新环境下，即便是经过较长的一段时间的努力，也不一定能够适应，常常困惑到与周围事物格格不入而十分苦恼。本研究中该问卷的内部一致性系数为 0.875。

2.3 数据分析

使用 SPSS17.0 对所得数据进行录入与分析，运用单因素方差分析、相关分析、回归分析等统计方法分析各变量之间的关系。

3 结果与分析

3.1 社会适应能力结果分析

采用单因素方差分析来判断不同性质的大学生社会适应能力是否存在显著差异。结果见表 2，男生和女生的社会适应能力得分分别为 9.95 ± 2.626 、 9.75 ± 2.302 ，男生社会适应能力与女生差异不大（ $F=0.369$ ， $P=0.210$ ）。文史类和理工科大学生的社会适应能力得分分别为 9.63 ± 2.344 、 10.43 ± 2.457 ，理工科大学生的社会适应能力要高于文史类大学生（ $F=4.939$ ， $p<0.05$ ）。大一至大四的大学生社会适应能力得分分别为 9.45 ± 3.266 、 9.95 ± 2.223 、 9.81 ± 2.301 、 10.58 ± 1.714 、 8.40 ± 2.989 、 11.00 ± 0.000 ，高年级的学生比低年级大学生社会适应能力得分高，但高年级大学生与低年级大学生

适应能力没有差异 ($F=1.344$, $P=0.239$)。

表 2 不同性质大学生社会适应能力的单因素方差分析

Table 2 Univariate Analysis of Variance on Social Adaptability of College Students with Different Characteristics

项目	类别	均值 ± 标准差	F 统计量	P
性别	男	9.95 ± 2.626	0.369	0.210
	女	9.75 ± 2.302		
文理科	文史类	9.63 ± 2.344	4.939	0.027
	理工科	10.43 ± 2.457		
年级	大一	9.45 ± 3.266	1.344	0.239
	大二	9.95 ± 2.223		
	大三	9.81 ± 2.301		
	大四	10.58 ± 1.714		
	研一	8.40 ± 2.989		
	研二	10.00 ± 2.966		
	研三	11.00 ± 0.000		

3.2 大学生的控制感、应对方式与社会适应的相关分析

将控制感、积极应对方式、消极以及社会适应能力得分进行两两相关分析，结果见表 3。控制感与适应能力 ($p<0.01$)、积极应对 ($p<0.01$) 存在显著正相关；积极应对方式与社会适应 ($p<0.01$) 显著正相关。相关分析结果显示，“控制感”与“积极应对”及社会适应能力之间的关联满足中介效应分析的前提条件。

表 3 大学生控制感、应对方式与社会适应能力 Pearson 相关分析 (r)

Table 3 Pearson Correlation Analysis on Sense of Control, Coping Style and Social Adaptability of College Students

维度	1	2	3	4
1 控制感	1.00			
2 积极应对方式	0.225**	1.00		
3 消极应对方式	0.023	0.080	1.00	
4 社会适应能力	0.210**	0.206**	0.089	1.00

注：在 0.01 水平（双侧）上显著相关。

3.3 应对方式在大学生控制感与社会适应能力之间的中介效应检验

本研究假设控制感不仅对社会适应能力有直接作用，而且通过积极应对对社会适应能力产生间接作用，即积极应对方式在控制感对社会适应能力的作用中起到中介作用。以温忠麟等的检验中介效应方法为基础^[11]，采用逐步检验回归系数的方法，进一步分析积极应对方式影响大学生社会适应能力的路径。

以积极应对方式为因变量，控制感为自变量时，标准化系数具有显著性 ($p < 0.01$)；以社会适应能力为因变量，控制感为自变量时，标准化系数具有显著性 ($p < 0.01$)；以社会适应能力为因变量，控制感、积极应对为自变量时，标准化系数具有显著性 ($p < 0.05$)，因此，积极应对在控制感与社会适应能力之间起到了部分中介效应。

表 4 运用回归分析检验积极应对方式的中介效应

Table 4 Using Regression Analysis to Test the Mediating Effect of Positive Coping Style

步骤	因变量	自变量	决定性系数 ΔR^2	调整 ΔR^2	F 值	回归系数	T
1	积极应对	控制感	0.051	0.047	12.568**	0.538	3.545**
2	社会适应能力	控制感	0.044	0.040	10.825**	0.913	3.290**
		积极应对				0.306	2.660*
3	社会适应能力	控制感	0.071	0.063	8.902**	0.746	2.592*

注：* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ 。

4 讨论

4.1 封校管理期间大学生的社会适应现状

在本研究中大学生的社会适应能力在平均值 \pm 标准差上，男生为 9.95 ± 2.626 、女生为 9.75 ± 2.302 ，说明受调查大学生的社会适应能力处于较差的水平，大学生群体中存在一定的社会适应不良现象。理工科的大学生适应能力方面要高于文史类大学生；与刚入学的大一或者研一大学生相比，高年级大学生的社会适应能力得分较高。文史类与理工科大学生在社会适应能力方面的不同，这可能与文理工科大学生的思维方式与处理问题方式上的差异有关。文史类大学生偏重感性、形象思维，而理工科大学生的逻辑思维强、关注问题的解决，因此，理工科大学生的社会适应能力要强于文史类大学生。高年级大学生的社会适应能力要高于低年级大学生，这也符合常识。低年级学生进入大学正处于与适应阶段，加上一部分学生人际关系处理经验较少，缺乏锻炼，因此社会适应能力较高年级大学生要弱一些。

4.2 大学生控制感、积极应对和社会适应能力之间的关系分析

从调查的结果来看，大学生的控制感与社会适应能力、积极应对显著正相关。控制感对大学生群体尤为重要，大学生的控制感水平越高，他们的应对方式相应的也越积极、高效；同样的他们在社会学习、社会人际和社会生活方面的适应能力也会更强。控制感作为个体的基本内在动机，对个体的积极影响不但表现在真实的控制中，即使非真实的控制对个体也是非常重要。研究表明，尽管普遍存在于个体心中的控制感并不是对现实的真实控制，但其对个体的积极作用是不可忽视的^[12]。

本研究发现积极的应对方式在控制感与社会适应能力之间起到部分中介作用。在面对应激或负性事件时，个体会体验到对当前、未来的不可控感，个体的控制感降低，积极的应对方式将更有利于个体解决当前所面临的问题、体验到更高的控制感；同时高控制感的个体也会倾向于选择更加积极的应对方式。

以往的研究证实,积极的应对方式对于社会适应能力具有显著的预测作用^[13]。学者袁群明在一项实验中发现:寻求高控制感的个体在面对不可控的情境,或者控制感受到威胁时,会试图改变世界使之符合自身需要,重新体验到掌控感,获得成就感和满足感,与之带来的负性情绪可能会影响身心健康;但这并非唯一途径,低控制感的个体通过自我调整,接受现状,适应环境以及顺应形势,防止经历巨大变迁,从而获得安全感^[14]。

4.3 教育建议

结合本研究中大学生对封校管理的建议以及对相关文献资料的查阅,提出几点提高大学生社会适应能力的建议。(1)封校管理期间的教育工作,学校及教育工作者要积极为学生营造积极应对负性事件的环境,努力提升大学生的控制感,在封校管理政策的大环境下改变校园生活中小环境,例如可以为大学生组织更多的活动,丰富大学生的课余时间;允许学生为封校管理提出建议、参与封校管理,使封校管理更加人性化。(2)关注大学生心理动态,大学生面对疫情不确定性、就业的担忧和生活的不适,可能会出现各种心理问题。因此,封校管理期间开展心理健康教育中要注重和加强对大学生控制感的培养和训练,增强学生的可控感和应对生活中负性事件的能力。(3)改变应对方式,由于疫情打破了原有的生活秩序,封校管理使学生的活动范围受到限制,面对环境的改变和人际交往的局限。在疫情压力下,大学生们不仅要理性的看待疫情信息、接纳封校管理可能带来的消极体验,也要自己主动地积极地寻求解决问题的途径和帮助,不能一味的逃避问题,学会正确的疏解压力,如找老师、同学倾诉、积极运动等。

5 小结

社会适应不良是个体在负性生活事件或环境转变时的常见现象,在新冠肺炎疫情期间,对于正处于封校管理的大学生来说,这个问题显得尤为重要,这直接影响着大学生的学业及心理健康水平。不可控制感、消极应对容易使人丧失信心,表现出退缩、回避等行为,从而产生压力、习得性无助、社会适应能力差等心理问题。因此,控制感水平的高低与应对方式能够影响到个体的社会适应能力。封校期间,给学生的正常生活和学习带来了不便,校方应该做好封校的配套工作,满足学生在封校期间正常的生活需要,保证学生的生理、心理健康。同时需要学生积极配合,理性的认识和看待封校管理政策。

参考文献

- [1] 朱智贤. 心理学大辞典 [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 1989.
- [2] L. A. 珀文. 人格科学 [M]. 华东师范大学出版社, 2001: 79-81.
- [3] 李虹, 林崇德, 商磊. 生命控制感对内外在控制感与心理健康之间关系的调节和中介作用 [J]. 心理科学, 2007, 30 (3): 519-523.
- [4] 白洁, 郭永玉, 杨沈龙. 人在丧失控制感后会如何?——来自补偿性控制理论的揭示 [J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25 (5): 982-985.
- [5] 黄希庭, 余华, 郑涌, 等. 中学生应对方式的初步研究 [J]. 心理科学, 2000 (1): 1-5+124.
- [6] 姜乾金, 黄丽, 卢抗生, 等. 心理应激: 应对的分类与身心健康 [J]. 中国心理卫生杂志, 1993 (4):

145-147+190.

- [7] 陈晓倩, 沈贵荣, 张温温. 医学生的社会适应性与压力应对相关性研究 [J]. 青岛大学医学院学报, 2014, 50 (4): 71-372+376.
- [8] Rotter J B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement [J]. Psychological monographs, 1966, 80 (1): 1-28.
- [9] 解亚宁. 简易应对方式量表信度和效度的初步研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 1998 (2): 3-5.
- [10] 郑日昌. 大学生心理诊断 [M]. 济南: 山东教育出版社, 1999: 234.
- [11] 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.
- [12] 石林. 控制感在应对过程中的作用——一个关于应激应对风格的模式 [J]. 中国心理卫生杂志, 2004 (3): 208-211.
- [13] 林雪. 大学生生命控制感、应对方式和社会适应力的关系研究 [D]. 福建师范大学, 2009.
- [14] 袁群明, 门瑞雪. 控制感、马基雅维利主义对大学生心境的影响 [J]. 中国健康心理学杂志, 2020 (6): 1-8.

A Study on the Relationship Between College Students Sense of Control and Social Adaptability During the Period of School Closure: the Mediating Effect of Positive Coping Style

Chu Caiyun Chen Ke

School of Sociology and Psychology, Southwest University for Nationalities, Chengdu

Abstract: Objective: To explore the relationship among college students'sense of control, social adaptation and coping style under the background of university closure management during the epidemic period of new crown. Methods: A convenient sampling method was used to investigate the college students from 17 universities by using Rotter's sense of control scale, Zheng Richang's social adaptability scale and Xie Yannin's simple coping style (SCSQ). Results: There was significant positive correlation between the sense of control, positive coping style and social adaptability of college students Positive coping style plays an intermediary role in the relationship between sense of control and social adaptability. Conclusion: Positive coping style and sense of control can predict the social adaptability of college students. Therefore, improving the level of positive coping style and sense of control is beneficial to the social adaptability of college students.

Key words: School management; College students; Sense of control; Coping style; Social adaptability