

希望在高职学生父母自主支持与专业心理求助态度之间的中介作用

陈道亮

金华职业技术学院，金华

摘要 | 探究父母自主支持与高职学生专业心理求助态度的关系，以及希望在两者之间的中介作用。本研究采用父母自主支持量表、希望感量表和专业心理求助态度量表对 574 名高职学生进行调查。结果：（1）高职学生的父母自主支持、希望和专业心理求助态度两两之间均存在显著相关 ($p < 0.01$)；（2）希望在父母自主支持和专业心理求助态度之间起到部分中介作用。结论：父母自主支持可以直接影响高职学生的专业心理求助态度，也可以通过希望间接影响专业心理求助态度。

关键词 | 专业心理求助；父母自主支持；希望；高职学生；中介作用

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/>



1 引言

寻求专业心理求助态度是指个体在遇到心理或情绪困扰时，向专业心理工作人员通过咨询、辅导等方式解决困惑的喜爱或不喜爱的程度^[1]。近年来，大学生心理问题频发且呈增长趋势，大学生的心理健康状况越来越受到公众关注。学业、人际关系、就业等方面的压力，互联网和社交媒体带来的信息冲击，以及对未来的迷茫与不安，都在不同程度上影响着大学生的心理健康。

梁丽君等人在调查大学生心理健康现状时发现，在完成调查的 551 例学生中，焦虑症状检出率为 4.90%，抑郁为 28.68%，躯体化症状为 17.97%^[2]。

尽管大学生心理健康状况不容乐观，但却较少寻求专业心理求助。王珊珊在调查中发现，在遇到心理困惑时，大学生更倾向于向朋友寻求帮助或者自己解决问题，只有 13% 的学生在遇到心理困扰时有寻

基金项目：2023 年度金华市科协学术科研项目专项课题“疫情后大学生专业心理求助态度现状及对策研究——以金华职业技术学院为例”（2023-30）。

作者简介：陈道亮，金华职业技术学院心理健康教育咨询中心专职心理教师，研究方向：心理健康教育与心理咨询。

文章引用：陈道亮. 希望在高职学生父母自主支持与专业心理求助态度之间的中介作用 [J]. 心理咨询理论与实践, 2023, 5 (6) : 551-557.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0506049>

求过专业心理帮助^[3]。

国家和社会越来越重视大学生的心理健康问题，大多数高校也建立了心理咨询中心，为大学生提供免费的专业心理咨询服务，然而，大学生的心理咨询预约率仍然不高。一方面，大学生心理问题日益突出，另一方面，却较少有同学选择专业心理求助。

江光荣等人将心理求助视为一个内部决策过程，个体在做求助行为前，会有一个“评估”的过程，他们会思考我可以向谁求助？不同的求助对象存在的优势及风险等，最后才会选择一个风险最小，获益最大的求助对象，并做出求助行为^[4]。对大学生而言，获得父母的支持以及对专业心理求助的希望会提升他们寻求专业心理求助的意愿，增加他们求助的可能性。

一个人的成长环境和家庭氛围不仅可能影响其自身的心理健康状况，还会影响他们对寻求专业心理求助的态度和行为。因此，本研究从家庭角度出发，探讨父母自主支持和希望对专业心理求助态度的影响，揭示了父母自主支持对专业心理求助态度的影响路径，并提出相应的对策，以提升大学生对专业心理求助的态度和行为，提高他们的心理健康水平。

2 研究对象与方法

2.1 研究对象

本研究采取方便取样的方法，进行线上问卷调查。我们抽取了某高职院校的在校大学生作为研究对象，共发放了600份问卷。剔除无效问卷后，回收574份有效问卷，问卷有效率为95.7%。其中，男生156人（占27.2%），女生418人（占72.8%）；大一176人（占30.7%），大二292人（占50.9%），大三106人（占18.4%）；接受过心理咨询或精神科就诊的有57人（占9.9%），未接受过心理咨询或精神科就诊的有517人（占90.1%）。

2.2 研究工具

2.2.1 个人情况调查表

内容包含性别、年级、专业、生源地、父母文化程度、是否有过心理困扰、是否接受过心理咨询或精神科就诊等信息。

2.2.2 父母自主支持量表

Wang等人修订了《父母自主支持量表》，修订后共有12个题项，如“父母并不坚持我做每件事都要征求他们的许可”^[5]。本量表采用5点计分，分数在12-60之间，总分即为量表得分，得分越高代表父母提供的自主支持越高。该问卷在唐芹等人开展的研究中具有良好的信效度^[6]。本研究中，该量表的Cronbach's α 系数为0.96。

2.2.3 希望量表

采用Ybasco及其同事编制的希望感量表^[7]，该量表由两个维度共6个项目组成，奇数题测量方法思维，偶数题测量动力思维，计分方式为8点计分，1表示“绝对不符合”8表示“完全符合”。本研究中希望感问卷的Cronbach's α 系数为0.88。

2.2.4 专业心理求助态度

本研究采用郝志红和梁宝勇修订的专业心理求助态度量表^[8]。修订后该量表分为自我认知、对心理健康专家的信心、人际开放性、对耻辱的忍受性4个维度。采用5级评分,其中有18个题项为反向计分,所有选项分相加即为总分,总分越高表明个体专业心理帮助态度越积极。

2.3 数据处理

本研究采用SPSS26.0进行数据处理和分析。其中,中介效应检验使用了由海斯(Hayes)编制的process宏程序。

3 研究结果

3.1 共同方法偏差

采用Harman单因素法检验共同方法偏差检验,对父母自主支持、希望和专业心理求助态度3个量表的所有题项进行分析。结果表明,共有22个因子的特征根大于1,且第一个因子的变异量为26.6%,小于最低标准40%,因此,可以认为在此研究中量表不存在严重的共同方法偏差。

3.2 描述性统计

对测试结果进行变量的描述性统计分析,结果显示调查对象的专业心理求助态度量表得分为(93.474 ± 9.906)。其中,女生的专业性心理求助态度得分为(94.366 ± 9.938),显著高于男生的得分(91.083 ± 9.442),差异具有统计学意义($P < 0.001$)。

3.3 相关性

对父母自主支持、希望和专业心理求助态度三者之间进行分析,结果显示三者均存在统计学意义上的显著正相关关系,具体如表1所示。

表1 相关矩阵 ($n=574$)

Table 1 Relevant matrix ($n=574$)

	$M \pm SD$	父母自主支持	希望	专业心理求助态度
父母自主支持	40.918 ± 9.678	1		
希望	28.129 ± 8.264	0.385**	1	
专业心理求助态度	93.474 ± 9.906	0.255**	0.218**	1

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, 下同。

3.4 中介作用分析

采用SPSS软件中的process宏程序,执行基于Bootstrap的模型4进行中介效应检验。以父母自主支

持为自变量、希望为中介变量、专业心理求助态度为因变量进行分析。结果见表2，父母自主支持正向预测希望 ($\beta = 0.385, p < 0.001$)；父母自主支持正向预测专业心理求助态度 ($\beta = 0.255, p < 0.001$)；希望正向预测专业心理求助态度 ($\beta = 0.141, p < 0.01$)。

采用重复抽样 5000 次的偏差校正非参数百分位 Bootstrap 法对中介效应进行检验。间接效应的 95% 置信区间 (0.021, 0.090) 不包含 0，表明在父母自主支持和专业心理求助态度之间，希望的中介效应显著，效应值为 0.054。希望在父母自主支持和专业心理求助态度之间的中介模型如图 1 所示。

表 2 变量关系的回归分析

Table 2 Regression analysis of variable relationships

回归方程		整体拟合指数			回归系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t
专业心理求助态度	父母自主支持	0.255	0.065	39.868	0.255	6.314***
希望	父母自主支持	0.385	0.148	99.281	0.385	9.964***
专业心理求助态度	希望	0.286	0.082	25.502	0.141	3.237**
	父母自主支持				0.201	4.632***

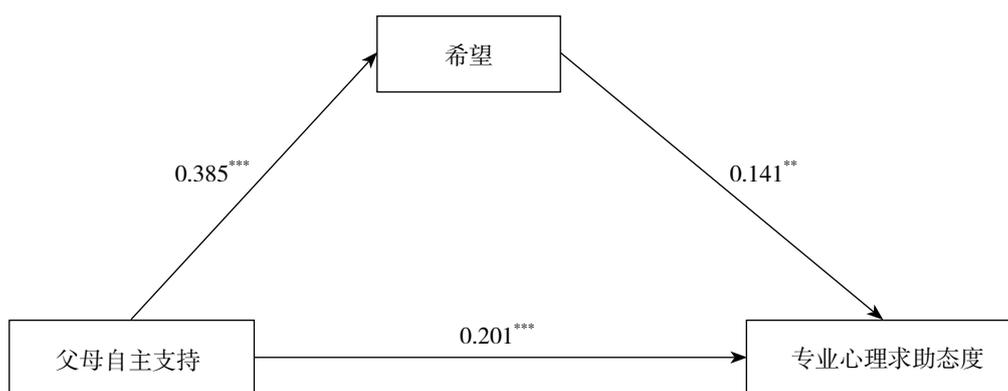


图 1 中介效应

Figure 1 The mediating effect

4 讨论

4.1 高职生专业心理求助现状

调查结果显示，在大学期间有过心理困扰的学生中，有 180 人，占总调查人数的 31.3%，然而，只有 57 人接受过心理咨询或精神科就诊，仅占调查人数的 9.9%。可以发现，高职生主动寻求专业心理求助的比例并不高，寻求专业心理求助的比例要远远低于有心理困扰的学生比例。这一研究结果与以往的研究一致，并略高于郑静素在 2021 年调查中得到的 8.66% 的比例^[9]。

高职生专业心理求助较少的原因可以归纳为三个方面：一是高职生的心理健康素养有待提高^[10]。心理健康素养包括应对自身及他人心理疾病方面所拥有的知识、态度和行为习惯^[11]。高职生一方面对

心理健康知识比较匮乏,无法准确评估自己的心理状态;另一方面,他们缺乏相关咨询渠道的了解,同时也存在对心理咨询的认知误区,比如认为心理咨询无效或费用过高,从而影响了他们寻求专业心理求助的意愿;二是高职生面临心理求助污名的问题。心理求助污名可以负向预测专业心理求助态度^[12]。在寻求专业心理求助的过程中,他们可能会被贴上“有病”等标签,很多学生害怕别人知道自己在接受心理咨询,担心其他同学或老师会对自己有所区别对待。三是高职生缺乏外部支持资源。在选择是否寻求专业心理求助时,个体通常会考虑相关的“成本”,比如时间、金钱、亲友情感负担等。

4.2 高职生专业心理求助态度与父母自主支持、希望紧密相关

研究表明,父母自主支持和希望都对高职生的专业心理求助态度产生影响。具体而言,父母自主支持和希望能够正向预测高职生的专业心理求助态度。

已有研究证明了父母对青少年的发展有重要影响作用,在心理求助方面,家人不仅是青少年考虑的求助对象,而且在青少年由非专业心理求助转向专业心理求助的过程中也起着重要作用^[13]。在充满支持、陪伴、自由的家庭环境中成长的子女,对父母会更加信任,会将父母视为重要的资源,更愿意向父母倾诉及求助。同时,父母的理解、支持可以让子女发展出更开放、包容、积极的应对方式,如果子女在家人那里没有结局心理困扰,他们会主动寻求专业心理人员的帮助^[14]。

对大学生而言,希望意味着支持、意味着美好的预期。从希望理论来看,说明了个体有更强大的动力,对目标的实现有清晰明确的计划,自我信念更积极,遇到心理问题时,他们能更理性的看待自己,专业心理求助的态度也会越积极^[15]。

4.3 希望在高职生父母自主支持与专业心理求助态度之间起中介作用

父母自主支持对高职生的专业心理求助态度具有直接影响,同时也可以通过对专业心理求助态度产生影响,起到中介作用。父母给予孩子更多的支持,孩子的自主性会增强,对事物的预期也会更积极,从而更有可能寻求专业心理求助。

父母自主支持意味着给予子女更多的自主选择权,而不是过度控制,在培养子女自主性的过程中提供陪伴和肯定。当子女感受到父母自主支持后,他们会增强自信心,提高自主性和希望感。因此,当他们面临心理困扰时,他们更积极地寻求他人的帮助,更乐观地看待自己面临的问题,并对求助后能够解决问题抱有更大的希望。江光荣等人将心理求助分成了“问题知觉阶段”“自助评估阶段”“他助评估阶段”三个阶段^[4]。在第三个阶段的“他助评估阶段”,个体会通过“有效性”“自我效能感”“问题行为的社会容认度”“求助行为的社会容认度”“以前的求助经验”等方面考虑向哪一种外在力量求助。获得父母自主支持的个体,对自身面临的心理困扰会有更客观的认知,对寻求专业心理求助的自我效能感和可能带来的效果抱有更高的预期,因此他们的专业心理求助态度更积极,更有可能寻求专业心理求助。

5 结论

本研究得出以下主要结论。

- (1) 高职学生寻求专业心理求助比例较低;

- (2) 父母自主支持、希望与专业心理求助态度呈显著正相关;
- (3) 希望在父母自主支持和专业心理求助态度之间存在中介作用。

参考文献

- [1] 郝志红, 梁宝勇. 心理求助的污名与行为意向的关系: 态度的中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2015, 23 (6): 1133-1136.
- [2] 梁丽君, 何文知, 文妍卉, 等. 新冠肺炎疫情下大学生心理健康现状及求助方式调查 [J]. 四川精神卫生, 2021, 34 (1): 19-22.
- [3] 王珊珊. 高职院校专业心理求助的现状与对策研究——以广东省某高职院校为例 [J]. 太原城市职业技术学院学报, 2017 (9): 68-70.
- [4] 江光荣, 夏勉. 心理求助行为: 研究现状及阶段—决策模型 [J]. 心理科学进展, 2006 (6): 888-894.
- [5] Wang Q, Pomerantz E M, Chen H C. The role of parents' control in early adolescents' psychological functioning: A longitudinal investigation in the United States and China [J]. Child Development, 2007.
- [6] 唐芹, 方晓义, 胡伟, 等. 父母和教师自主支持与高中生发展的关系 [J]. 心理发展与教育, 2013, 29 (6): 604-615.
- [7] Ybasco F C, Babyak M, Higgins R H, et al. Development and validation of the state hope scale [J]. Journal of Personality & Social Psychology, 1996, 70 (2): 321.
- [8] 郝志红, 梁宝勇. 关于寻求专业性心理帮助的态度问卷的修订 [J]. 中国临床心理学杂志, 2007 (1): 1-3, 9.
- [9] 郑静素. 高职生专业心理求助态度及其团体干预研究 [J]. 浙江交通职业技术学院学报, 2021, 22 (2): 82-86.
- [10] 罗小漫, 何浩. 高职学生心理健康素养的潜在类别及其对心理幸福感的影响 [J]. 成都师范学院学报, 2023, 39 (1): 37-44.
- [11] 江光荣, 赵春晓, 韦辉, 等. 心理健康素养: 内涵、测量与新概念框架 [J]. 心理科学, 2020, 43 (1): 232-238.
- [12] 杜美杰, 苟双玉, 王玲莉, 等. 自我隐瞒对大学生专业心理求助态度的影响: 求助污名和心理困扰的链式中介作用 [J]. 温州医科大学学报, 2022, 52 (5): 405-409.
- [13] 吴梦希, 刘朝莹, 方晓义, 等. 青少年心理行为问题与专业心理求助态度: 父母知晓的中介作用 [J]. 心理科学, 2014 (1): 94-100.
- [14] 吴双飞. 父母心理控制对大学生专业心理求助态度的影响研究 [D]. 山东: 曲阜师范大学, 2021.
- [15] 彭亭亭, 郝志红. 希望对大学生专业心理求助态度的影响: 自尊和污名的链式中介效应 [J]. 中国临床心理学杂志, 2020, 28 (6): 1270-1273.

The Mediating Role between Parental Autonomy Support and Professional Psychological Seeking Attitude among Vocational College Students

Chen Daoliang

Jinhua Polytechnic, Jinhua

Abstract: Explore the relationship between parental autonomy support and vocational college students' professional psychological seeking attitude, as well as the mediating role of hope between the two. A survey was conducted on 574 vocational college students using the Parent Self Support Scale, Hope Scale, and Professional Psychological Seeking Attitude Scale. Result: (1) There was a significant correlation between parental self support, hope, and professional psychological seeking attitudes among vocational college students ($p < 0.01$); (2) I hope to play a partial mediating role between parents' independent support and professional psychological seeking attitude. Conclusion: Parental self support of vocational college students can directly affect their professional psychological seeking attitude, or indirectly affect their professional psychological seeking attitude through hope.

Key words: Professional psychological assistance; Parental autonomy support; Hope; Vocational students; Mediation