

当代大学生抗挫折能力及应对方式的实证分析

卢佳慧¹, 姚和霞²

(1. 河北工程大学 文法学院, 河北 邯郸 056038; 2. 河北工程大学 学生工作部, 河北 邯郸 056038)

[摘要]以河北工程大学在校大学生为研究对象,采用抗挫折能力问卷和简易应对方式问卷进行现状调查,使用SPSS 26.0软件,运用皮尔逊相关分析、相关样本 t 检验、独立样本 t 检验以及单因素方差分析等方法,分析当代大学生抗挫折能力和应对方式的总现状,探讨当代大学生抗挫折能力的影响因素以及常用的应对方式。结果表明:1. 当代大学生抗挫折能力总体水平处于中等偏上的程度;2. 积极应对方式与消极应对方式之间存在显著性差异,说明当代大学生倾向于选用积极应对方式来抵抗并战胜挫折,同时一些消极应对方式也被选用;3. 当代大学生抗挫折能力影响因素包括:6个内在因素分别为性格、适应能力、主观信念、自我评价、责任感和情绪表达;14个外在因素分别包含家庭、学校、外部刺激和身体状况4个方面。在当代大学生思想政治教育中,根据不同影响因素在不同个体或群体上的差异,针对性的进行大学生抗挫折能力的实操训练是十分必要的。

[关键词]:当代大学生;抗挫折能力;影响因素;应对方式;思想政治教育

doi:10.3969/j.issn.1673-9477.2022.04.017

[中图分类号]G444

[文献标识码]A

[文章编号]1673-9477(2022)04-0122-07

《中国学生发展核心素养》发布,其明确提出:中国学生健全人格发展的重点是学生要坚韧乐观,能调节和管理自己的情绪,具有抗挫折能力等^[1]。抗挫折能力简单地讲就是个体对抗挫折的能力。方鸿志^[2]认为大学生抗挫折能力包括自我疏导能力、人际交往能力、问题解决能力、支持寻求能力和压力承受能力。杨秀君^[3]将大学生抗挫折能力定义为挫折耐受力、挫折调解力和挫折成长力,即个体能够耐受挫折、排解挫折,并能从挫折中成长的能力。范正平^[4]指出,当代大学生思想政治教育中应当渗透挫折教育,而实施挫折教育的关键是寻找提高大学生抗挫折能力切实可行并行之有效的办法和措施。因此,本研究的目的:一是通过对在校大学生进行现状调查,来了解当代大学生抗挫折能力及应对方式的总体状况;二是通过现状调查的结果来分析当代大学生抗挫折能力的影响因素以及主要选用的应对方式,并为当代大学生抗挫折能力培养的实操训练及大学生思想政治教育的实践活动提供依据。

一、研究设计

(一)对象

本样本来自河北工程大学全日制本科生,通过

发放和回收电子问卷来获得研究数据。共收集问卷926份,其中有效问卷回收871份,有效回收率94.0%。其中,男生245人,女生626人;大一350人,大二117人,大三198人,毕业班(含大四和大五)206人;文科生332人,理工生138人,医学生156人,农学生112人,管理生133人。样本构成涵盖了不同年级不同专业的在校大学生,具有较好的代表性。

(二)方法

《大学生抗挫折能力问卷》采用的是谢炳清(2004)编制的抗挫折能力问卷^[5],并对原问卷进行了修改。将原问卷中的疑问句变为陈述句,做陈述性量表。该问卷共30个题项,原计分方式为“是”或“否”,修改为采用李克特5点计分的方法。问卷中含有反向计分题项,需反转计分。

《大学生应对方式问卷》采用的是解亚宁(1998)编制的简易应对方式问卷^[6](Simplified Coping Style Questionnaire, SCSQ),也对计分方式进行了修改。问卷原采用4级评分的方法,修改为采用李克特5点计分的方法。该问卷共20个题项,分为积极应对和消极应对两个维度,题项无变动。

(三)统计处理

采用SPSS 26.0软件进行数据管理、皮尔逊相

[投稿日期]2022-05-30

[基金项目]河北省社会科学基金项目(编号:HB20SH109);河北省邯郸市哲学社会科学规划研究课题(编号:2020062)

[作者简介]卢佳慧(1984-),女,河北邯郸人,讲师,韩国又石大学博士在读,研究方向:教育心理学。

关分析、相关样本 t 检验、独立样本 t 检验以及单因素方差分析,以 $p<0.05$ 为差异具有统计学意义。

二、结果分析

(一)大学生抗挫折能力和应对方式的总体及相关分析

大学生抗挫折能力和应对方式的总体得分以及得分分组统计,见表 1 和表 2。

表 1 本研究样本的总体得分($n=871$)

	平均数	标准差	最小值	最大值
抗挫折能力	3.38	0.51	1.43	5.00
积极应对方式	3.71	0.58	1.00	5.00
消极应对方式	2.80	0.62	1.38	5.00

表 2 本研究样本得分的分组统计[人数比例(%)]

	1< i ≤2 低	2< i ≤3 中低	3< i ≤4 中高	4< i ≤5 高
抗挫折能力	5(0.06)	197(22.6)	572(65.7)	97(11.1)
积极应对方式	12(1.4)	81(9.3)	601(69.0)	177(20.3)
消极应对方式	104(11.9)	500(57.4)	246(28.2)	21(2.4)

注: i 为抗挫折能力得分。

关于大学生抗挫折能力的总体情况,表 1 可见该校大学生抗挫折能力得分的平均值为 3.38,标准差为 0.51。表 2 中依据问卷的 5 点计分方法(1=完全不符合;2=比较不符合;3=不清楚;4=比较符合;5=完全符合)来划分组别,即低(1< i ≤2)、中低(2< i ≤3)、中高(3< i ≤4)和高(4< i ≤5)四组,结果显示处于中高组别的学生最多,共 572 人,占比 65.7%。以 3 分为界,中高以上得分的学生为 669 人,共占比 76.8%,中低以下得分的学生为 202 人,共占比 23.2%。数据表明,该校大学生抗挫折能力的总体水平处于中等偏上的程度,目前约有五分之一的学生抗挫折能力水平偏低。

表 3 应对方式与抗挫折能力的相关矩阵($n=871$)

	M±SD	积极应对方式	消极应对方式
积极应对方式	3.71±0.58		
消极应对方式	2.80±0.62	-0.150**	
抗挫折能力	3.38±0.51	0.625**	-0.329**

注:**表示 $p<0.01$,相关性显著。

表 4 积极应对和消极应对的差异比较($n=871$)

应对方式	平均值	标准差	t 值	Sig 值
积极应对方式	3.71	0.58	29.851	<0.001
消极应对方式	2.80	0.62		

大学生应对方式分为积极应对和消极应对两个维度。表 1 中积极应对方式得分的平均值为 3.71,

标准差为 0.58;消极应对方式的平均值为 2.80,标准差为 0.62。表 2 中分组统计数据初步显示,大学生应对方式得分的总体分布与大学生抗挫折能力相关。大学生抗挫折能力得分与大学生积极应对方式得分成正比,与消极应对方式得分成反比。表 3 皮尔逊积差相关分析结果进一步表明,大学生应对方式与大学生抗挫折能力之间存在显著的相关关系。大学生积极应对方式与大学生抗挫折能力之间存在着显著的正相关, $r=0.625$, $p<0.01$;大学生消极应对方式与大学生抗挫折能力之间存在着显著的负相关, $r=-0.329$, $p<0.01$ 。表 4 相关样本 t 检验分析结果表明,积极应对方式与消极应对方式之间存在显著性差异,说明大学生在遭遇挫折时更倾向于选用积极应对方式来抵抗挫折,从而战胜挫折。

(二)大学生应对方式分析

大学生应对方式的积极应对维度中得分最高的 3 个题项及在大学生抗挫折能力得分高组中的分析,见表 5 和表 6。

表 5 大学生积极应对维度题项得分(由高到低)

题项	得分
61. 借鉴他人处理类似情景的办法	3.89
60. 改变原来的一些做法或自己的一些问题	3.86
55. 改变自己的想法,重新发现生活中什么最重要	3.80

表 6 大学生抗挫折能力得分高组中的分析($n=97$)

题项	完全 不符合	比较 不符合	不清楚	比较 符合	完全 符合
61 题	0	1	0	60	36
60 题	0	2	1	53	41
55 题	0	0	4	41	52

从表 5 可以看出,大学生在遇到挫折时最常使用的三种积极应对方式是借鉴他人的处理方法,改变自己原有的想法或做法,以及重新发现生活中重要的事物。同时,表 6 显示抗挫折能力强的大学生基本都选用了这三种积极应对方式。综上所述,这三种积极应对方式是大学生抵抗挫折的有效途径。

大学生应对方式的消极应对维度中得分最高的 3 个题项及在大学生抗挫折能力得分高组中的分析,见表 7 和表 8。

表 7 大学生消极应对方式题项得分(由高到低)

题项	得分
71. 自己安慰自己	3.90
64. 试图休息或休假暂时把问题(烦恼)抛开	3.71
70. 幻想可能会发生某种奇迹改变现状	2.99

表8 大学生抗挫折能力得分高组中的分析(n=97)

题项	完全 不符合	比较 不符合	不清楚	比较 符合	完全 符合
71 题	2	8	7	49	31
64 题	3	13	1	47	33
70 题	38	28	7	19	5

表7显示,大学生在遇到挫折时最常用的三种消极应对方式为:自己安慰自己,试图休息或休假暂时把问题(烦恼)抛开,以及幻想可能会发生某种奇迹改变现状。题项内容表明,大学生使用最多的三种消极应对方式,也是在遇到挫折后进行自我心理调节的办法。见表8,结合大学生抗挫折能力得分高组的具体题项分析来看,自己安慰自己,以及试图休息或休假暂时把问题(烦恼)抛开,也是抗挫折能力较强的大学生常用的消极应对方式,但“幻想可能会发生某种奇迹改变现状”这种不切实际的方式他们很少选择。结果表明并不是所有的消极应对方式都是不可取的,适当的消极应对方式可以缓解挫折带给我们的压力和负面情绪,从而帮助我们调整心态,更好地去处理问题,战胜挫折。

(三)大学生抗挫折能力影响因素分析

1. 通过具体题项来分析大学生抗挫折能力的影响因素

大学生抗挫折能力问卷中得分最高的前6个题项及其在得分高组中的分析,见表9和表10。

表9 大学生抗挫折能力题项得分(由高到低)

题项	得分
36. 你有一个关心、爱护你的家	4.38
27. 你认为家庭需要你	4.25
* 38. 每到一个新地方,你会出现:如吃不下饭、睡不着觉、头晕、拉肚子等	4.06
39. 即使在困难时,你还是相信困难终将过去	4.05
* 22. 你认为自己是是个弱者	3.93
31. 你有一些无话不谈的知心朋友	3.92

注: * 的题项是反向计分,该得分是进行反向计分处理后的得分。

表10 大学生抗挫折能力得分高组中的分析(n=97)

题项	完全 不符合	比较 不符合	不清楚	比较 符合	完全 符合
36 题	0	0	0	4	93
27 题	0	0	1	29	67
* 38 题	80	16	1	0	0
39 题	0	0	0	16	81
* 22 题	80	16	1	0	0
31 题	1	2	2	19	73

注: * 的题项是反向计分的题项。

结合表9和表10的数据可以看出,得分最高的前2个题项均为家庭方面的内容,并且“有一个关心和爱护你的家”以及“认为家庭需要你”是抗挫折能力高组的大学生的共同特征,由此可以得出家庭因素是影响大学生抗挫折能力的首要因素。另外,对新环境的适应能力,主观上的积极信念和正向自我评价,以及来自朋友的社会支持等,同样也是抗挫折能力高组的大学生的共同特征,因此这些因素也是影响大学生抗挫折能力的重要因素。

大学生抗挫折能力问卷中得分最低的后6个题项及其在得分高组中的分析,见表11和表12。

表11 大学生抗挫折能力题项得分(由低到高)

题项	得分
* 32. 当考试成绩不理想时,你会觉得非常沮丧	2.43
26. 生病时你依旧快乐	2.75
* 29. 看完惊险片后很长一段时间你仍然觉得心有余悸	2.76
* 50. 在人多的场合或陌生人面前说话,你感到窘迫	2.85
* 49. 你常因想心事而躺在床上久久不能入睡	2.92
45. 心情不愉快时,你的饭量与平时差不多	2.92

注: * 的题项是反向计分,该得分是进行反向计分处理后的得分。

表12 大学生抗挫折能力得分高组中的分析(n=97)

题项	完全 不符合	比较 不符合	不清楚	比较 符合	完全 符合
* 32 题	19	37	4	34	3
26 题	4	12	11	50	20
* 29 题	38	27	10	19	3
* 50 题	50	31	5	10	1
* 49 题	37	40	5	14	1
45 题	4	16	4	42	31

注: * 的题项是反向计分的题项。

表11中为大学生抗挫折能力得分最低的后6个题项,从题项的具体内容可以看出,学习成绩不理想、身体疾病、消极的外界刺激、社交恐惧、内向型性格和情绪低落等对大学生抗挫折能力具有较大的负面影响,从而导致抗挫折能力低下。进一步对大学生抗挫折能力得分高的一组进行后6个题项的具体分析,见表12。结果表明,一方面这些内容是最容易使大学生陷入负面情绪的影响因素,具有一定的普遍性;另一方面,我们也可以看到抗挫折能力强的大学生较少的被这些因素所影响,他们可以在这些方面进行较好的自我调节。因此,想要提升大学生的抗挫折能力可以重点从这些方面着手。

2. 通过现状特点来分析大学生抗挫折能力的影响因素

本研究分别从17个因素对大学生抗挫折能力进行了差异比较。分析数据显示,学校方面的4个因素包括学生干部与否、人际关系、学习压力和就业压力,以及家庭方面5个因素包括留守经历与否、父母期望值、家庭教养方式、家庭氛围和家庭经济条件等在大学生抗挫折能力上存在显著性差异。

表 13 大学生抗挫折能力在 4 个学校因素上的差异					
	人数 (%)	平均值	标准差	t/F 值	Sig 值
学生干部					
是	242	3.52	0.54	5.002	<0.001
否	629	3.33	0.49		
人际关系					
1. 无或较少困扰	647	3.50	0.48	50.978	<0.001
2. 一定程度的困扰	206	3.09	0.44		
3. 较为严重的困扰	12	2.79	0.48		
4. 非常严重的困扰	6	2.50	0.57		
学业压力					
无	56	3.71	0.59	41.612	<0.001
较小	146	3.61	0.46		
一般	450	3.42	0.45		
较大	173	3.13	0.44		
大	46	2.88	0.63		
就业压力					
无	131	3.67	0.55	39.270	<0.001
较小	112	3.60	0.47		
一般	323	3.42	0.43		
较大	217	3.20	0.45		
大	88	3.02	0.56		

表 13 数据结果表明:1. 有过学生干部经历的大学生抗挫折能力显著高于没有过学生干部经历的大学生;2. 不同程度的人际关系困扰在大学生抗挫折能力上存在显著性差异,人际关系困扰程度与大学生抗挫折能力成反比,困扰越多大学生抗挫折能力越弱,困扰越少大学生抗挫折能力越强;3. 不同程度的学业压力在大学生抗挫折能力上存在显著性差异,学业压力与大学生抗挫折能力成反比,学业压力越重大学生抗挫折能力越弱,学业压力越轻大学生抗挫折能力越强;4. 不同程度的就业压力在大学生抗挫折能力上存在显著性差异,就业压力与大学生抗挫折能力成反比,就业压力越大大学生抗挫折能力越弱,就业压力越小大学生抗挫折能力越强。

进一步事后多重比较发现,在大学生抗挫折能力上:1. 表 14 显示,无或较少的人际关系困扰与其他程度之间均具有显著性差异,一定程度的困扰与

表 14 不同程度人际关系的事后多重比较(LSD)			
人际关系状况	2	3	4
1. 无或较少困扰	0.40*	0.71*	1.00*
2. 一定程度的困扰		0.30*	0.59*
3. 较为严重的困扰			0.29

注: *表示 $p<0.05$ (双尾),具有显著性差异,下同。

表 15 不同程度学业压力的事后多重比较(Tamhane's T2)				
学业压力	较小	一般	较大	大
无	0.10	0.29*	0.58*	0.83*
较小		0.19*	0.48*	0.73*
一般			0.29*	0.54*
较大				0.25

表 16 不同程度就业压力的事后多重比较(Tamhane's T2)				
就业压力	较小	一般	较大	大
无	0.07	0.25*	0.47*	0.65*
较小		0.18*	0.40*	0.58*
一般			0.22*	0.40*
较大				0.18

较为严重的困扰和非常严重的困扰之间具有显著性差异,较为严重的困扰与非常严重的困扰之间不存在显著性差异;2. 表 15 显示,除无学业压力与较小的学业压力之间、较大的学业压力与大的学业压力之间不存在显著性差异外,其他不同程度的学业压力之间均呈现出显著性差异;3. 表 16 显示,除无就业压力与较小的就业压力之间、较大的就业压力与大的就业压力之间不存在显著性差异外,其他不同程度的就业压力之间均呈现出显著性差异。

综上所述,学生干部与否、人际关系、学习压力和就业压力4个学校方面因素对大学生抗挫折能力有着较大的影响。

表 17 数据结果表明:1. 没有留守经历的大学生抗挫折能力显著高于有留守经历的大学生;2. 不同程度的父母期望在大学生抗挫折能力上存在显著性差异,父母的期望程度与大学生自身能力相符时大学生抗挫折能力较强,过高或过低的父母期望都会使大学生抗挫折能力偏低;3. 四种不同类型的家庭教养方式在大学生抗挫折能力上存在显著性差异,民主型家庭的大学生抗挫折能力较强,溺爱型家庭和放纵型家庭的居中,专制型家庭的较弱;4. 三种不同家庭氛围在大学生抗挫折能力上存在显著性差异,生活在和睦安宁家庭中的大学生抗挫折能力较强,生活在争吵冲突或紧张压抑家庭氛围中的大学生抗挫折能力较弱;5. 不同的家庭经济条件在大学生抗挫折能力上存在显著性差异,家庭经济条

表 17 大学生抗挫折能力在 5 个家庭因素上的差异

	人数 (%)	平均值	标准差	t/F 值	Sig 值
留守经历					
有	315	3.32	0.52	-2.973	0.003
无	556	3.42	0.51		
父母期望程度					
低于你的能力	51	3.37	0.55	59.290	<0.001
与你的能力相符	574	3.50	0.49		
超过你的能力	246	3.10	0.46		
家庭教养方式					
民主型	645	3.45	0.50	14.733	<0.001
溺爱型	29	3.27	0.50		
放纵型	122	3.25	0.52		
专制型	75	3.10	0.51		
家庭氛围					
和睦安宁	732	3.45	0.50	48.630	<0.001
争吵冲突	97	3.02	0.45		
紧张压抑	42	2.99	0.43		
家庭经济条件					
很好	8	4.11	0.48	15.933	<0.001
较好	76	3.60	0.53		
一般	617	3.39	0.48		
困难	170	3.23	0.56		

表 18 父母期望程度的事后多重比较(LSD)

父母期望程度	与你的能力相符	超过你的能力
低于你的能力	-0.14*	0.26*
与你的能力相符		0.40*

注：*表示 $p<0.05$ (双尾),具有显著性差异,下同。

表 19 家庭教养方式的事后多重比较(LSD)

家庭教养方式	溺爱型	放纵型	专制型
民主型	0.17	0.20*	0.35*
溺爱型		0.02	0.17
放纵型			0.15*

表 20 不同家庭氛围的事后多重比较(LSD)

家庭氛围	争吵冲突	紧张压抑
和睦安宁	0.44*	0.47*
争吵冲突		0.03

表 21 不同家庭经济条件的事后多重比较(LSD)

家庭经济条件	较好	一般	困难
很好	0.50*	0.72*	0.88*
较好		0.22*	0.38*
一般			0.16*

件与大学生抗挫折能力成正比,经济条件越好大学生抗挫折能力越强,经济条件越差大学生抗挫折能力越弱。

进一步事后多重比较发现,在大学生抗挫折能力上:1. 表 18 显示,父母期望的三种程度之间均存在显著性差异;2. 表 19 显示,民主型家庭与放纵型家庭和专制型家庭之间、放纵型家庭与专制型家庭之间均存在显著性差异,而溺爱型家庭与其他类型家庭之间均不存在显著性差异;3. 表 20 显示,和睦安宁的家庭氛围与争吵冲突和紧张压抑的家庭氛围之间均存在显著性差异,而争吵冲突和紧张压抑的家庭氛围之间不存在显著性差异;4. 表 21 显示,四种不同程度的家庭经济条件之间均存在显著性差异。

综上所述,留守经历与否、父母期望值、家庭教养方式、家庭氛围和家庭经济条件等 5 个家庭方面因素对大学生抗挫折能力有着较大的影响。

三、结论

(一) 大学生抗挫折能力及应对方式的总体情况

综上所述,目前该校在校大学生的抗挫折能力总体处于中等以上的水平,需要关注的是抗挫折能力得分较低的大学生群体,尤其是得分很低的大学生需要重点关注。这与刘幸娟^[7]、陈炯波^[8]、郭艳华^[9]、高晓艳^[10]等研究者对大学生抗挫折能力总体水平的调查研究结果基本一致。结果表明,目前大多数的当代大学生在遭遇挫折和困难时都能够较好的耐受挫折,同时进行有效的自我调解并战胜它们,使自己可以很快地恢复到正常的学习和生活中去,并能够从挫折抵抗的过程中学习和成长。

大学生应对方式与大学生抗挫折能力之间存在显著相关,大学生积极应对方式与大学生抗挫折能力之间存在显著正相关,大学生消极应对方式与大学生抗挫折能力之间存在显著负相关。大学生积极应对方式与大学生消极应对方式之间存在显著性差异,从组别上看,抗挫折能力强的大学生在遇到挫折和困难时大多选用积极应对方式,但同时也有一些消极应对方式被选用。最常选用的积极应对方式有,借鉴他人的处理方法,改变自己原有的想法或做法,以及重新发现生活中重要的事物;最常选用的消极应对方式有,自己安慰自己,以及试图休息或休假暂时把问题(烦恼)抛开。这与陈炯波^[8]的研究结论部分一致。“幻想可能会发生某种奇迹改变现状”也是大学生最常选用的消极应对方式之一,但抗挫折能力强的大学生较少选用。

(二) 大学生抗挫折能力的影响因素

通过具体题项对大学生抗挫折能力影响因素的

分析结果表明:积极的家庭支持(有一个关心和爱护你的家),对家庭的责任感(认为家庭需要你),对环境的适应能力(*每到一个新地方,你会出现:如吃不下饭、睡不着觉、头晕、拉肚子等),主观上的积极信念(即使在困难时,你还是相信困难终将过去),正向自我评价(*你认为自己是个弱者),以及朋友的社会支持(你有一些无话不谈的知心朋友)是抗挫折能力强的大学生的共同特征,是对大学生抗挫折能力起到积极作用的重要影响因素;学习成绩不理想(*当考试成绩不理想时,你会觉得非常沮丧),身体疾病(生病时你依旧快乐),消极的外界刺激(*看完惊险片后很长一段时间你仍然觉得心有余悸),社交恐惧(*在人多的场合或陌生人面前说话,你感到窘迫),内向型性格(*你常因想心事而躺在床上久久不能入睡),以及消极情绪(心情不愉快时,你的饭量与平时差不多)是对大学生抗挫折能力起到消极作用的重要影响因素,这些消极因素对抗挫折能力强的大学生也产生了部分的影响,但影响相对较弱。

通过现状特点对大学生抗挫折能力影响因素的分析结果表明:4 个学校方面因素,包括学生干部与否、人际关系、学习压力和就业压力,以及 5 个家庭方面因素,包括留守经历与否、父母期望值、家庭教养方式、家庭氛围和家庭经济条件等是大学生抗挫折能力的重要影响因素。

结合具体题项和现状特点的分析结果,将大学生抗挫折能力的影响因素总结如下表 22。

综上所述,通过调查分析得出大学生抗挫折能力共有 20 个影响因素,分为 6 个内在因素和 14 个外在因素。内在因素包括性格、适应能力、主观信念、自我评价、责任感和情绪表达;外在因素又可以分为家庭、学校、外界刺激和身体状况 4 个方面,家庭方面包括家庭支持、留守经历、家庭氛围、家庭教养方式、父母期望值和家庭经济条件;学校方面包括朋友支持、人际关系、学生干部经历、学习成绩、学习压力和就业压力。根据个体自身差异以及外部环境的不同,每个因素对个体产生着积极或消极的影响。同时,对于抗挫折能力本身而言,不仅需要改善和提升较弱的大学生抗挫折能力,还要维持目前大学生已持有的较强的抗挫折能力。因此,根据不同个体或群体在影响因素方面的差异,针对性的进行大学生抗挫折能力的实操训练是十分必要的。

(三) 需要进一步研究的问题

大学生抗挫折能力的影响因素以及应对方式一直以来都是众多研究者所关注的话题。本研究者也

表 22 大学生抗挫折能力的影响因素

影响因素	积极方面	消极方面
内在因素		
性格	外向性性格	内向性性格
适应能力	适应良好	适应困难
主观信念	坚信	犹豫、摇摆不定
自我评价	正向自我评价	负向自我评价
责任感	有	无
情绪表达	稳定	低落
外在因素(家庭方面)		
家庭支持	拥有家人的关爱	缺失家人的关爱
留守经历	没有留守经历	有留守经历
家庭氛围	和睦安宁	争吵冲突、紧张压抑
家庭教养方式	民主型	专制型、放纵型、溺爱型
父母期望值	与自身相符	过高、过低
家庭经济条件	良好	困难
外在因素(学校方面)		
朋友支持	有无话不说的朋友	没有朋有倾听和帮助
人际关系	良好	困扰、社交恐惧
学生干部经历	有	无
学习压力	小	大
学习成绩	良好	不理想
就业压力	小	大
外界刺激	积极	消极
身体健康状况	良好	疾病

将继续在大学生抗挫折能力影响因素方面做进一步深入的理论及实证研究;同时,先前的研究者大多止步于各种影响因素与大学生抗挫折能力的相关和预测研究,较少有研究者将大学生抗挫折能力影响因素与大学生抗挫折能力培养的实操训练相结合。两者的结合不仅是对大学生抗挫折能力影响因素理论成果的有效验证,同时也是为抗挫实训提供了方向性和针对性的引导和支持,从而促进当代大学生思想政治教育中实践活动的发展。这将作为本研究进一步研究的方向和主要内容。

参考文献

[1] 都旭. 学生耐挫心理的发展特点和神经基础[D]. 天津: 天津师范大学, 2021.

[2] 方鸿志, 范会勇, 李红霞, 等. 大学生抗挫折能力问卷的编制与检验[J]. 中国健康心理学杂志, 2015, 23(7): 1031-1035.

[3] YANG Xiujun, HE Huawu. Developing a Scale to Measure Undergraduates' Antifrustration Ability[J]. Social Behavior and Personality, 2018, 46(4): 633-640.

[4] 范正平, 唐晓英. 谈加强当代大学生挫折教育的必要性[J]. 中国成人教育, 2013(2): 68-70.

[5] 谢炳清, 伍自强, 秦秀清. 大学生心理健康教程[M]. 武

- 汉;华中科技大学出版社,2004:426-428.
- [6]汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版)[M]. 北京:中国心理卫生杂志社,1999:122-124.
- [7]刘幸娟,张颖,赵义泉. 大学生的挫折承受力与归因方式[J]. 现代交际,2012(9):228-229.
- [8]陈炯波. 大学生抗挫折能力现状及培养途径研究[D]. 重庆:西南政法大学,2014.
- [9]郭艳华,郭丽华,张文静,等. 大学生挫折承受能力评估及其与学校适应能力的相关性研究[J]. 大学教育,2018(10):144-147.
- [10]高晓艳. 大学生抗挫折能力调查研究——以大同大学为例[J]. 山西大同大学学报(自然科学版),2019,35(4):92-95.
- [责任编辑 李 新]

Analysis of Anti-frustration Ability and Coping Styles of Contemporary University Students

LU Jiahui¹, YAO Hexia²

(1. School of Humanities and Law, Hebei University of Engineering, Handan, Hebei 056038, China;

2. Student Affairs Office, Hebei University of Engineering, Handan, Hebei 056038, China)

Abstract: In this study, undergraduates of Hebei University of Engineering were selected as the research participants, and the status quo was investigated by using the anti-frustration ability questionnaire and the simplified coping style questionnaire. By means of SPSS 26.0 software, using Pearson correlation analysis, Paired-Sample T Test, Independent-Sample T Test, One-Way ANOVA, this paper analyzes the overall situation of contemporary university students' anti-frustration ability and coping styles, and discusses the influencing factors of contemporary university students' anti-frustration ability and the common coping styles. The results show that: (1) The overall level of contemporary university students' anti-frustration ability is above average; (2) There are significant differences between positive coping styles and negative coping styles, indicating that contemporary university students still tend to choose positive coping styles to resist and overcome frustrations, and some negative coping styles are also selected; (3) The influencing factors include 6 internal factors and 14 external factors. The former covers personality, adaptability, subjective belief, self-evaluation, sense of responsibility, and emotional expression; the latter is included in four aspects, respectively, namely, family, school, external stimulation, and physical condition. In the ideological and political education of contemporary university students, according to the differences of different influencing factors in different individuals or groups, it is very necessary to carry out targeted practical training of university students' anti-frustration ability.

Key Words: contemporary university students; anti-frustration ability; influencing factors; coping styles; ideological and political education