

高职大学生自信心现状调查及其教育对策研究*

彭迎春

(安徽新闻出版职业技术学院,安徽 合肥 230601)

【摘要】通过对本省几所高职院校大学生群体的抽样调查,深入了解高职大学生自信心水平的整体状况,分析高职大学生自信心不足的原因,提出高职大学生自信心培养的教育对策。

【关键词】高职大学生;自信心;教育对策

【中图分类号】G448 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1883(2013)01-0127-04

一 问题的提出

自信心是指个体对自己的积极肯定和确认程度,是个体对自身能力与自我价值等做出正向认知与评价的一种相对稳定的人格特征。^[1]它是人的自我意识的重要组成部分,是一种健康向上的心理品质。自信心作为一种重要的心理品质和非智力因素,它对人的知、情、意、行诸方面都有一种弥漫性影响。有研究表明,自信心的个体差异不同程度地影响着竞赛、成就、归因、就业等多种领域内个体的心理和行为。作为稳定的人格特质,自信心还深刻地影响着心理健康及健全人格的形成与发展。拥有自信,是高职大学生成长成才不可或缺的心理品质,是获得成功的必备素质。

“大力发展职业教育”是我国实施科教兴国发展战略中的一个重要方针。近年来,我国高职教育取得了飞速的发展,办学规模不断扩大,在校人数也成倍增长。目前高等职业教育已经成为中国高等教育的“半壁江山”,是培养高素质技能型专门人才的主力军和基本阵地。高等职业院校担负着培养适应社会需求的生产、管理、服务第一线应用性专门人才的使命,高职生已逐渐成为现代化建设的重要力量。然而,高职生作为大学生,是大学生群体中的一个特殊群体,从一定意义上讲,他们是大学生群体中的相对“弱势部分”。众所周知,高职生的高考成绩处在最后录取分数段。有关调查资料表明,有不少高职院校学生认为自己是“高考中的失败者”,是“没有办法才选择高职院校的”。^[2]高职大学生由于社会、学校和个人等因素,与普通高校大学生相比自信心明显不足。这不仅影响到他们学业的顺利完成,还严重影响了他们的身心健康发展与成才。因此,正确认识和分析高职大学生自信心的状况,研究高职大学生自信心培养的教育对策,帮助高职大学生重建自信心,是高职院校教

育工作者面临的一项重要工作和亟需解决的一项重要任务。

二 调查方法

(一) 调查对象

本调查以安徽新闻出版职业技术学院、安徽医学高等专科学校、安徽水利水电职业技术学院、亳州职业技术学院四所院校426名二年级高职学生为调查样本。调查采用无记名方式进行。共发放问卷426份,回收问卷426份,筛选出有效问卷417份,有效率97.89%。

(二) 调查工具

本调查使用个人评价量表(PEI)作为测量工具。该量表是用来评定自我评价的一个重要方面——自信。PEI采用6个最常提到的维度(学业表现、体育运动、外表、爱情关系、社会相互作用及同人们交谈)作为其分量表,除了这些分量表外,还有一些条目是评定总体自信水平和有可能影响自信判断的心境状态。该量表共计54个条目,采用1—4级评分,理论总分范围为54—216,总分越高表示自信程度越高。基于本文研究目的,我们只需要得出被试的自信心总分即可。

三 调查结果

(一) 高职大学生自信心现状

在本调查中,根据被调查学生的自信心得分,把学生的自信心程度划分为自信心不足、自信心一般、自信心较强三个层次。对问卷调查结果进行统计分析后发现:在被调查学生中,总分在54—108之间的有221人,占53%;总分在109—162之间的有138人,占33%;总分在163—216之间的有58人,占14%。以上结果说明:在高职院校中,大多数学生自信心不强(自信心不足和自信心一般的学生占到被调查学生的86%/359人);尤其值得关注的是,有一半以上的高职大学生(53%/221人)自信心不足。

收稿日期:2012-12-21

*基金项目:2011年安徽省教育厅人文社会科学研究重点研究基地一般项目“高职学生自信心培养研究”(编号:2011sk800)。

作者简介:彭迎春(1974—),女,安徽桐城人,硕士,副教授,研究方向:思想政治教育。

如下表显示:

高职生自信心得分等级分布

总分	≥54	≤108	≥109	≤162	≥163	≤216
等级	自信心不足		自信心一般		自信心较强	
人数	221(53%)		138(33%)		58(14%)	

(二) 高职大学生自信心状况的差异

1、性别上的差异

男女生在自信心水平上表现出一定的差异,女生中缺乏自信心的比例比男生更高。如下表显示:

女生自信心得分等级分布

总分	≥54	≤108	≥109	≤162	≥163	≤216
等级	自信心不足		自信心一般		自信心较强	
人数	142(63%)		63(28%)		20(9%)	

男生自信心得分等级分布

总分	≥54	≤108	≥109	≤162	≥163	≤216
等级	自信心不足		自信心一般		自信心较强	
人数	79(41%)		75(39%)		38(20%)	

(在本次调查中女生被试231人,有效问卷225份;男生被试195人,有效问卷192份。)

2、家庭上的差异

来自不同地方家庭的学生在在自信心水平上表现出一定的差异,农村家庭的学生比非农村家庭的学生缺乏自信。如下表显示:

农村学生自信心得分等级分布

总分	≥54	≤108	≥109	≤162	≥163	≤216
等级	自信心不足		自信心一般		自信心较强	
人数	144(65%)		60(27%)		17(8%)	

非农村学生自信心得分等级分布

总分	≥54	≤108	≥109	≤162	≥163	≤216
等级	自信心不足		自信心一般		自信心较强	
人数	77(39%)		78(40%)		41(21%)	

(在本次调查中来自农村的学生被试225人,有效问卷221份;非农村学生被试201人,有效问卷份196。)

四 高职大学生自信心不足原因分析

与普通高校大学生相比,高职大学生自信心不足具有其特殊性,其成因多种多样,其中既有内在的主观原因,又有外在的客观原因。正确分析高职大学生自信心问题产生的影响因素,才能对症下药,有针对性地加强学生自信心的教育和培养。

(一) 创伤性体验

由于学习、生活上的挫折经历,很容易使人格还没有成熟的个体变得消极被动、轻视自己,进而对自己做出不合理的评价。大多数高职大学生在中学阶段的学业成绩是处在中下等,他们中的很多

人曾反复经历应试(尤其是高考)“失败体验”,难以获得自我肯定。而在另外一个方面,因为学业成绩不好,他们也不受老师的宠爱和同学的青睐,很难得到外部的肯定,这进一步强化了他们的自卑心理。进入高职后,这种心理阴影不仅影响到他们学习自信心水平,还会泛化到生活、交往等其他方面,使自己对自己失去信心。

(二) 不适当归因

美国心理学家维纳认为,归因就是人们对他人或对自己的某种行为或倾向的原因进行分析、解释的过程。自信水平高的学生习惯将成功归因于内部的稳定因素,如能力和努力;将失败归因于外部的可控因素,如努力不足。这种积极的归因方式有助于增强学生的自尊心和自信心。相反,消极的归因则会使人自暴自弃,丧失信心。在现实中,我们很多高职生往往对学习结果采取消极的归因方式,在对自己学习成绩不太理想的原因分析上,不从学习态度、刻苦程度、学习方法上找原因,而是归结为自身能力、教师、运气等外在的不可控因素;别人学习成绩好,是因为别人比他们聪明,这种能力归因会削弱自信心,使一个缺乏自信的人更加缺乏自信,进而产生无能感。

(三) 高职院校办学条件不足

高职院校大多是在20世纪末由中专学校合并组建升格而来,近年来,得益于党和政府大力发展职业教育的决策,高职院校得到了前所未有的发展。然而,与众多有着悠久历史和良好声誉的本科院校相比,高职院校在办学历史、师资力量、硬件设施等方面都有明显差距。尤其是部分高职院校尚无鲜明的高校特征,科研力量不强,大学文化氛围不浓,教学特色亦不明显,这种现实差距和不理想的高职教育现实,使高职大学生很难认同自己的“大学生”身份,与其他升入本科院校的同学、朋友相比更显自卑,其自信心的发展和培育受到了很大的制约。

(四) 社会不良评价

受我国传统文化思想“重学轻术”和传统高等教育意识的影响,高职教育在人们心目中处于亚高等教育地位,社会对职业教育还存在着不同程度的歧视。当前社会中,人们仍然普遍认可进公务员队伍、进事业单位、坐办公室为好的职业选择。认为高等职业教育是培养熟练工人的,上高职是没有办法的办法,高职生的未来就是产业工人,难有远大前途。就高招录取现状而言,高职生的高考成绩处在最后录取分数段,有人指出:“在当前考试制度

下,学生的高考总分如果降低50分,其素质就会相应降低一个档次。”^[3]传统的观念及高职录取现实都使社会对高职院校的认可程度不高,致使许多高职院校的学生信心不足。

五 高职大学生自信心培养的教育对策

高职院校大学生自信心不足的形成原因是多种多样的,因此,提高高职生的自信心需要从多方面、多角度做出努力。作为高职教育工作者,可以从以下几个方面入手来帮助高职大学生增强自信心。

(一) 提高高职生的自我认识水平

充分地自我认知是培养高职生自信心的前提。自信心差的学生,一般都存在自我认识不足,往往看轻自己,过低估计自己的能力。高职生自我认识偏差直接影响了其自信心水平。提高高职生的自我认识水平,就是要让他们既看到自己的短处和不足,又能发现自己的长处和优势;既要尽力去改变自己的缺点,同时也要尽力去接受那些无法改变的个人不足,积极地悦纳自我。教师可以通过对加德纳多元智能理论的阐述,唤起学生的自信心,引导学生重新认识和评价自我,启迪学生开发自己的优势智能;通过开展“发现优点”“扬长避短”等具体的主题鲜明的活动,引导学生多方面评价自己,破除把学习成绩作为唯一衡量标准的观念,努力发现并欣赏自己的长处。

(二) 增加学生的成功体验

成败体验是影响学生自信的重要因素,成功体验对提升个体自信心有明显作用,高职生缺乏自信的一个重要原因在于在他们过往学习生活中缺乏成功的体验。很多高职生在中学阶段饱尝了过多的失败,一次次的失败强化了他们的自卑心理,往往还容易导致恶性循环。成功是对个体行为结果的正向强化与肯定,可以让个体看到自己的能力“效验”,增加对事物的兴趣及行为动力,因而增加学生的成功体验是提高学生自信心的一项非常重要的措施,哪怕是一次小的成功也会有助于个体自信的逐步形成。高职院校及教育工作者一方面应根据高职教育的目标和高职教育的规律,积极实施课程改革,在课程评价上注重考察学生的技能和动手能力,让他们在学业上得到成就感,获得成功体验。高职生在进入职业教育之前曾在偏学问化的学科体系课程教育中饱尝学业失败痛苦,他们的一个特殊性是文化基础差,但这不代表他们动手能力也比本科大学生差。但如果高职继续实行偏学问化的课程教学模式和方式,则高职生将难以最终

摆脱学业失败的阴影。另一方面,应根据学生的兴趣、爱好、能力组织开展体育、文艺、辩论、书画比赛、专业技能大赛等形式多样的活动,为不同层次、不同水平的学生提供锻炼的机会和展示自己才能的平台,让所有学生都能在各种具体活动中找到某项适合自己的优势活动项目,享受到成功的喜悦。

(三) 引导学生养成积极归因方式

归因简单地讲就是一个人对事情成败原因的认知。事情的成败结果受个体能力、努力程度、外部环境等诸多主客观因素的影响,不完全以我们个人的意志为转移。正如古语云“谋事在人,成事在天”。但是,虽然个体不能控制成败,但是可以控制成败这个客观事实对人主观信心的影响。自信心与人们的归因方式存在交互作用。积极的归因方式可以降低失败带来的负作用,提高成功带来的正向作用;消极的归因方式会降低成功对自信的强化作用,扩大失败对自信的打击度。归因引导不仅仅是帮助学生寻找正确的、真实的原因,更重要的是使高职生形成积极的归因方式。高职教育工作者包括辅导员、学校管理者和各学科教师在教育教学过程中都应有意识地运用归因理论,通过小组讨论或个别谈话等方式,对学生进行归因教育和引导,使其形成比较积极的归因倾向。

(四) 积极化解不利的社会评价

转变社会对高职生的消极评价,需要各方面力量的共同努力。从学校方面看,主要是加强内涵建设,提高水平,办出特色,为高职生成才成功提供充分条件和坚实基础。而作为高职教育教学工作者,应主动地保护学生,缓冲、化解负面社会评价对学生自信心造成的影响。对于高职生来说,教师的评价也是社会评价的一部分,甚至视教师为社会主流思想的代言人,是具有权威性的评价主体,因而教师的积极评价,可有效增强学生对负面影响的免疫力。但我们有些高职教师,往往将高职生与本科生相比,得出高职生不仅文化基础薄弱,在学习态度、学习习惯和行为态度上也有问题的结论。甚至也认可“学生的高考总分如果降低50分,其素质就会相应降低一个档次。”这种评价深深地伤害了高职生的自尊心和自信心。教师的天职“在于启迪学生的智慧,而决没有权利去埋怨学生缺乏智慧”,“教育的义务在于改善学生的素质,而决不可认定学生的素质本已差矣”。^[4]因此,作为高职教师,要以全面的、发展的观点,以信任、负责的态度看待学生,即使在教育教学中遇到问题,也应当先从学校教育

的不利、不足去分析,而不是从学生的不智不勤去思考。高职教师要向学生展示自己对高职教育工作的热爱及对高职未来和高职生未来的信心,并注意在教育教学中多给予学生肯定评价。

高职院校大学生自信心不足已是不争的事实,这不仅关系到高职大学生个人的健康成长和未来,

长此以往,高等职业教育的可持续发展也将会受到严重影响。因此,高职院校及其教育工作者应充分认识高职大学生自信心培养的重要性,把学生自信心的培养作为学校和教师的重要职责,努力为社会造就更多合格的应用性技能型人才,促进我国高等职业教育的健康发展。

注释及参考文献:

- [1]车丽萍,黄希庭.青年大学生自信的理论建构研究[J].心理科学,2006,3.
- [2]勇健.高职生自信心浅析及教学对策[J].中国职业技术教育,2004,4.
- [3]叶采飞.高校扩招后的高职学生工作初探[A].广东省高等学校思想政治教育研究会.扩招后的学生教育与管理[C].广州:中山大学出版社,2002:16.
- [4]马洪奎,李开弟.以能力工程、文明工程、文化工程为载体,全面提高大学生的综合素质[A].教育部高教司.2000年高职高专教育文件资料汇编[C].北京:高等教育出版社,2001:409-410.

Survey on the Present Situation of Higher Vocational College Students' Self-confidence and Investigation on its Education Countermeasure

PENG Ying-chun

(Anhui Vocational College of Press and Publishing, Hefei, Anhui 230601)

Abstract: Based on the sampling survey of college students in vocational colleges, and in-depth understanding the overall situation of the higher vocational college students' confidence level, this paper analyzes the causes of deficiency of self-confidence, then puts forward the education countermeasures for higher vocational college students' self-confidence training.

Key words: Higher Vocational College Students; Self-confidence; Education Countermeasures

(责任编辑:周锦鹤)

(上接89页)

- [2]刘兴翠.从培育责任心开始对学生进行道德教育[J].思想政治课教学,2002,11.
- [3]张积家.试论责任心的心理结构[J].教育研究与实验,1998,4.

Research on the Cultivation of Adolescents' Social Responsibility

WEN Bin

(Xichang College, Xichang, Sichuan 615013)

Abstract: Social responsibility is one of the important contents of adolescents' moral development and psychological quality. We should cultivate adolescents' social responsibility from the aspects of cognition, emotion and behavior, combine the development characteristics of the students, teach students in accordance of their aptitude, form the correct responsibility behavior habit and cultivate their social responsibility roundly.

Key words: Adolescents; Social Responsibility

(责任编辑:李 进)