

曾留守大学生抗逆力提升与社会支持的关系研究

肖雨歆 姜玉辉 朱睿 张熙 易林凤

湖南人文科技学院商学院, 湖南娄底, 417000;

摘要: 随着社会的快速发展, 留守儿童问题逐渐受到广泛关注。尤其是在农村地区, 因父母外出务工而长期处于留守状态的儿童群体面临着一系列的心理和社会适应问题。近年来, 越来越多的研究聚焦于曾留守儿童群体的抗逆力 (Resilience) 提升问题。抗逆力是指个体在面对逆境时, 能够积极适应并发展出健康应对策略的能力。社会支持作为增强抗逆力的重要外部因素, 对于曾留守大学生群体的心理韧性发展起着至关重要的作用。本文通过对湖南省 13 所高校曾留守大学生的问卷调查和访谈, 分析了社会支持的不同维度 (家庭支持、学校支持、同伴支持、社会支持) 对曾留守大学生抗逆力提升的影响, 并探讨了社会支持如何通过情感支持、学业支持和行为支持等方式促进其抗逆力的提升。研究发现, 社会支持对曾留守大学生的抗逆力有显著的正向影响, 其中家庭支持和学校支持的作用最为显著。最后, 本文提出了加强社会支持网络建设的政策建议。

关键词: 曾留守大学生; 抗逆力; 社会支持; 家庭支持; 学校支持; 同伴支持

DOI: 10.69979/3029-2735.25.1.072

1 研究背景与意义

近年来, 随着中国城市化进程的加快, 越来越多的农村父母外出务工, 造成大量留守儿童。这些留守儿童长期处于父母缺席的环境中, 面临着学业压力、情感缺失、社会适应问题等多重困境。虽然随着时间推移, 部分留守儿童顺利进入大学, 但由于长期的留守经历, 他们在心理发展和社会适应方面仍面临一定挑战。抗逆力 (Resilience) 作为个体面对逆境时, 保持心理健康和实现发展的能力, 对于曾经的留守儿童尤为重要。

曾留守大学生作为一个特殊的群体, 他们的抗逆力受多重因素的影响, 而社会支持作为外部资源, 在这些学生的心理韧性提升中起到了关键作用。社会支持理论认为, 家庭支持、学校支持、同伴支持和社区支持等外部支持系统对个体的心理适应、社会适应能力及学业发展具有重要作用。然而, 关于社会支持与曾留守大学生抗逆力之间的关系研究相对较少, 且现有研究主要集中在家庭支持和学校支持上, 忽视了同伴支持和社区支持的多元化作用。

本研究通过实证数据分析, 探讨社会支持对曾留守大学生抗逆力提升的具体影响, 并为相关政策提供理论依据。

2 抗逆力的理论框架

抗逆力是个体在面对逆境、压力或困境时, 通过内外部资源调整自己的情绪、认知和行为, 成功适应环境

并持续发展的能力。Luthar (2006) 将抗逆力视为个体在遭遇压力后能够保持积极应对并从困境中恢复的能力。抗逆力的形成受内在因素 (如个体的性格、情绪调节能力) 和外部因素 (如家庭支持、学校支持、社区支持) 共同作用的影响。

根据 Cohen 和 Wills (1985) 提出的社会支持理论, 社会支持主要分为情感支持、信息支持和物质支持。情感支持指通过关心、安慰、理解等方式满足个体的情感需求; 信息支持则是通过提供具体建议、指导帮助个体解决问题; 物质支持则通过实际资源的提供来帮助个体克服困难。在曾留守大学生群体中, 社会支持尤其是情感支持和信息支持对其抗逆力提升具有重要作用。

3 曾留守大学生的抗逆力研究

近年来, 关于留守儿童及曾留守大学生的研究逐渐增多。研究表明, 曾留守大学生在成长过程中常常表现出较高的心理韧性, 但也存在一些问题, 如情感上的缺失、自我价值感低、适应能力差等。因此, 研究者提出, 增强这些学生的社会支持网络, 尤其是家庭和学校支持, 可以有效提升他们的抗逆力。

例如, 王丽 (2020) 研究发现, 学校支持对留守儿童的心理健康和学业成绩有显著影响, 尤其在留守学生面临学业压力时, 教师的情感支持和学业辅导能够有效缓解他们的焦虑感和自卑心理。此外, 刘晓梅 (2021) 提出, 留守儿童的情感支持系统缺失, 尤其是父母支持缺乏, 因此同伴和教师支持在促进其心理适应方面具有

不可忽视的作用。

4 社会支持与抗逆力的关系

社会支持对个体抗逆力的影响已在多项研究中得到验证。社会支持作为外部资源,能够增强个体的情绪调节能力、提高其问题解决能力,进而提升其抗逆力。Hobfoll (1989) 提出的资源保存模型认为,社会支持能够通过提供情感安慰、信息指导和物质帮助等方式,减少个体的压力感,增强其应对能力。

然而,现有文献大多集中在家庭和学校支持的研究上,关于同伴支持和社区支持的研究较为稀缺。特别是在曾留守大学生群体中,社会支持的多维度效应尚未得到足够的关注。因此,本研究将进一步探讨社会支持的不同维度(家庭支持、学校支持、同伴支持、社区支持)对曾留守大学生抗逆力的影响,并揭示其作用机制。

5 研究方法

本研究采用问卷调查和半结构化访谈相结合的方式,进行实证分析。研究对象为湖南省 13 所高校的曾留守大学生,样本数量为 500 名。调查内容包括社会支持量表(包括家庭支持、学校支持、同伴支持、社区支持)和抗逆力量表,问卷设计依据 Cohen 和 Wills (1985) 关于社会支持的理论框架,结合留守大学生的特点。数据收集通过线上与线下相结合的方式进行,确保数据的广泛性和代表性。回收的有效问卷共 453 份。同时,选取了 13 名抗逆力优秀的同学进行访谈。通过对 453 名曾留守大学生的样本进行描述性统计分析,研究对象中男性占 40%,女性占 60%;大部分学生来自农村地区,且大部分学生的父母外出务工超过 5 年。关于社会支持的感知,大多数受访者表示家庭支持,学校支持较为显著。

6 曾留守大学生抗逆力的影响因素

6.1 家庭支持的核心作用

家庭支持是影响曾留守大学生抗逆力的最重要因素。家庭支持包括父母的情感支持、经济支持和教育指导。在长期的留守经历中,曾留守大学生普遍缺乏父母的陪伴和直接指导,这使得父母的情感支持显得尤为重要。研究表明,家庭支持对抗逆力的影响最为显著,父母的关爱和指导可以帮助学生应对学业压力、情感困扰及生活中的各种挑战。尤其是情感支持,能够帮助学

生克服孤独感、增强情绪调节能力。虽然许多曾留守大学生已经步入大学,但由于早期家庭的缺失,他们依然需要父母提供持续的情感安慰和精神支持。

6.2 学校支持: 行政支持、教师支持与同伴支持的综合作用

学校支持作为社会支持的重要组成部分,涵盖了行政支持、教师支持和朋辈支持。研究发现,学校支持对于曾留守大学生的抗逆力提升也具有重要作用,尤其是教师支持和同伴支持。学校作为学生的重要社会化场所,不仅为学生提供学业支持,还为其提供情感支持和行为指导。

6.2.1 行政支持

首先,行政支持主要体现在学校的政策支持和资源配置上。学校应为学生提供便捷的生活和学习环境,例如设立专门的心理健康辅导中心,提供学业辅导等资源。尽管行政支持对抗逆力的直接影响较小,但它为学校内其他支持系统的有效运行提供了保障。

6.2.2 教师支持

教师支持则更为直接,表现为教师在学业指导、情感关怀和心理疏导方面的支持。教师通过与学生的互动,了解学生的需求,并提供及时的帮助。尤其是在学业上,教师的帮助能够缓解学生的学业压力,提升其学术能力,并进一步增强抗逆力。

6.2.3 同伴支持

同伴支持在学校支持体系中同样不可忽视,尤其在同伴之间的情感交流和社会适应支持方面起着重要作用。学生们通过同伴关系获得情感安慰和问题解决的建议,这对于提升他们的自信心和社会适应能力至关重要。

6.4 社区支持的作用

尽管社区支持在本研究中对抗逆力的影响较小,但它在曾留守大学生的社会适应和生活支持方面仍然发挥着一定作用。社区支持主要体现在政府和社会组织提供的各类支持服务,如经济资助、职业指导和社交活动等。社区的支持能够为曾留守大学生提供额外的物质帮助和社会资源,尤其是对于那些经济困难或生活上缺乏支持的学生来说,社区支持能够为其提供重要的补充资源。

7 政策建议

7.1 政府层面的政策支持

政府应出台更多针对曾留守大学生的支持政策,特别是在教育、心理辅导和社会适应等方面,提供更为充足的资源支持。

7.1.1 心理健康服务的资助

建议政府增加对高校心理健康服务的资助,开展定期的心理健康普测和辅导服务,以帮助学生解决心理困扰和学业压力。同时也要在物质生活方面下功夫,深化体制改革,推动经济发展,缩小城乡差距,完善教育体系,扩大对农村教育资源和设施设备的投入。

7.1.2 家庭的监护责任的强化

政府要强化家庭的监护责任以及树立积极正确的家庭教育观念,提升家庭教育水平,再引导子女树立正确的三观,激发子女对学习的兴趣和对生活的热爱,让留守大学生在学习生活中体会到自我价值的实现,感受到自己的人生价值,从而树立自信心和幸福感,提升抗逆力水平。

7.1.3 优秀社区文化的建设

政府要积极组织开展优秀社区文化建设,倡导社区工作人员参与到关爱留守儿童的工作当中去,通过大力宣传、教育引导营造有爱的社区文化氛围,亲密互助的邻里关系,让留守大学生感受到身边的善良与美好。

7.2 学校层面的支持网络建设

学校应为曾留守大学生提供全面的支持,特别是在学业辅导和情感关怀方面。学校可以设立专门的学业支持服务、主题干预、心理辅导等方式,密切关注这一特殊大学生群体,通过培养大学生对积极情绪的感知力和体验力为学生提供个性化的辅导和指导。此外,学校应鼓励学生之间建立支持小组,通过同伴支持增强学生的归属感和自信心,为有留守经历大学生的心理健康保驾护航。

7.2.1 学校文化课外活动的开展

学校可开展各种各样的课外活动,鼓励学生尤其是留守经历大学生的参与,拓宽自己的视野和增强人际关系往来,在与同学交流合作的过程中增加彼此了解,有利于大学生产生对学校的认同感、参与感和归属感,也促进了同伴网络体系的建立健全,提升自己的自信心。

7.2.2 学校辅导员的学业支持

要加强辅导员和老师对学生学业辅导方面的力度,

在课堂上成立学习小组,让大家进行面对面的交流互鉴,降低留守经历大学生的边缘感,同时可以主动关心、帮助留守经历大学生适应大学生活,了解他们的生活状态和遇到的困难,让留守大学生感受到老师的关心与爱护,同时可以通过加强班级凝聚力和宿舍文化建设,举办各种形式的集体活动,营造温暖的集体氛围。

7.2.3 学校对心理健康状况的重视

学校应该高度重视学生心理健康状况,利用心理咨询室、心理咨询师等普及推广完成心理咨询,帮助大学生完成心理疏导,针对留守经历大学生在面对困境时适应不良的现状,学校应该采取开展有关抗逆力的心理健康讲座、宣传心理健康教育知识普及抗逆力的含义以及如何去提升自己的抗逆力,让大学生知道在面对困难与挫折的时候如何解决与应对。

7.3 加强家庭与学校的合作

学校和家庭应建立更加紧密的合作机制,定期开展家长会和沟通活动,增强家校互动。学校可以为家长提供家庭教育指导课程,帮助家长更好地理解和支持留守学生。家长也应该为自己的孩子争取更好的向上发展渠道,更多的去沟通和了解孩子到底想要什么,他们的人生目标是什么,并多多给予鼓励而非打压,给他们树立人生的自信心。

7.4 社区层面的支持加强

社区应加大对曾留守大学生的关注,尤其是在职业规划、心理健康和社会融入等方面。可以通过社区志愿者活动、职业指导等方式,为曾留守大学生提供更多的社会支持。朱旭东从社会资本角度出发,认为要推动社会工作人才队伍建设,引导社会力量积极参与到留守儿童教育事业之中,振兴乡村经济,增加农村就业机会。

7.4.1 加强留守大学生与社区之间的联系,打造形式多样的社区文化活动

社区不仅要做好留守儿童关爱服务,支持留守儿童的成长发展,也要让留守大学生作为社区中的一员,参与到社区生活中。社区可以开展关爱留守儿童的各种主题活动并鼓励留守大学生参与到其中来,让他们感受到社区的温暖与友爱。

7.4.2 对留守大学生进行相应的职业指导与规划

让他们对社区的服务以及未来留守儿童关爱事业充在父母不在身边亦或父母文化程度低不足以为子女

进行未来职业提供建议的情况下，社区可以广纳成功人士为留守大学生提供有针对性的职业指导与规划建议，让他们有信心。

参考文献

[1]Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
[2]Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental Psychopathology* (2nd ed., Vol. 3, pp. 739-795).

[3]王丽. (2020). 留守儿童心理韧性与学校支持的关系研究. *教育心理学杂志*, 45(4), 108-120.

4]刘晓梅. (2021). 留守儿童心理适应与同伴支持的作用机制. *心理学研究*, 33(2), 150-167.

基金项目：2023 年度湖南省大学创新创业训练项目“社会支持与曾留守大学生抗逆力的关系研究-基于湖南省十三所高校的实证调研”（3763）

通讯作者。基金项目：2023 年湖南省教育科学“十四五”规划课题“农村留守儿童抗逆力提升的社会支持路径研究-以曾留守大学生的生命史为视角”（XJK23BG D008）