

# 大学生择业效能感与认知灵活性的关系研究

王 凡

(河北大学,河北 保定 071002)

**摘 要:**为考察大学生择业效能感与其认知灵活性的关系,采用问卷调查的方法,对785名一至四年级的大学生进行调研。研究表明,大学期间参与任何一种社会实践的学生,其择业效能感高于无相关经验的学生;对于女生择业效能感的研究显示,文科专业的女大学生其总体得分要高于理科专业的女大学生;关于择业效能感与认知灵活性是否对个体应对方式产生影响的研究表明,二者与问题解决、求助呈显著正相关,与自责、幻想、退避、合理化呈显著负相关,并且应对方式在择业效能感与认知灵活性之间起部分中介作用。

**关键词:**大学生;认知灵活性;择业效能感;应对方式;问卷调查

**中图分类号:**B844.2

**文献标志码:**A

**文章编号:**1674-2494(2014)02-0112-04

择业效能感是个体对实现与择业相关任务所需能力的自我知觉<sup>[1]</sup>,它直接影响着个体选择职业的态度以及选择职业的范围。目前学界关于择业效能感的研究,已经明确了其与职业价值观、状态焦虑、成就动机、社会支持等因素密切相关<sup>[2-4]</sup>。认知灵活性是一种人格特质,指个体调整认知加工策略以适应新的或不可预测情境的能力<sup>[5]</sup>。根据目前关于认知灵活性的研究,研究结果已从侧面表明择业效能感与认知灵活性之间存在相关关系。并且目前已有的研究结果显示,大学生在择业领域的自我效能感与其个体的完美主义具有一定的联系。不适应的完美主义者会为自己设定不切实际的高标准,始终遵循该标准并以此来衡量自我价值<sup>[6]</sup>,表现出某种认知不灵活。虽然具有才华但刻板的高标准使他们非常害怕做出错误的职业选择,从而导致较低的择业效能感<sup>[7]</sup>。已有研究间接表明择业效能感与认知灵活性有关,但尚未见到对二者直接关系的考察。经过对二者有关概念的解析,认知灵活性较高的个体在面对与择业相关的任务时能够更加全面辩证地看待自己的能力,并且更可能采取多种不同的方式应对问题,从而具有更高的择业效能感。因此,本研究关注的问题是择业效能感与认知灵活性的关系,以及应对方式与二者的关系,从而为帮助大学生就业,提高个人择业效能感提供新的视角和切入点。

## 一、研究方法

### 1. 研究对象

研究对象为某省属重点大学一至四年级在校大学生,包含5个文科专业和8个理科专业。研究共发放820份问卷,其中收回的785份问卷有效,有效回收率为95.5%。

### 2. 研究工具

(1)择业效能感量表。选用Betz等人编制并修订,后由龙燕梅<sup>[8]</sup>翻译并修订的择业效能感量表。该

收稿日期:2013-10-22

作者简介:王凡(1981-),女,河北石家庄人,经济师,教育学硕士,主要研究方向为认知心理学、人力资源管理。

量表研究设计了5个维度,分别为:自我评价、信息收集、目标筛选、制定计划和问题解决。采用五级计分方式,25个题目,合计得分越高,相对应的其择业效能感也越高。

(2)认知灵活性问卷。Martin和Rubin<sup>[9]</sup>于1995年编制了认知灵活性量表,齐冰等<sup>[10]</sup>对该问卷进行了修订。该量表采用6级计分方式,从1至6代表“非常不符合”至“非常符合”,共13个项目,得分越高表明个体的认知灵活性越高。

(3)应对方式问卷。采用肖计划编制的应对方式问卷<sup>[11]</sup>。该问卷设计了6个维度,具体为解决问題、自责、求助、幻想、退避和合理。问卷共有62个题目。对每个项目进行是否判断,得分越高表明越多采用此种应对方式。

### 3. 研究程序与数据处理

利用课间与集会时间,学生集体参与测试,当场收回问卷。数据采用SPSS16.0进行统计分析。

## 二、研究结果分析

### 1. 大学生择业效能感与认知灵活性的描述统计

首先,以大学生择业效能感为因变量,以性别、专业、社会实践经验为自变量进行多因素方差分析,2(男、女)×2(文、理)×2(有社会实践经验、无社会实践经验)。分析结果显示:(1)性别与专业的交互作用显著( $F=5.16, p<0.05$ );(2)对于女大学生择业效能感的研究显示,文科专业学生要优于理科专业( $p<0.05$ );(3)社会实践经验的主效应显著( $F=5.04, p<0.05$ ),即大学期间参与任何一种社会实践的学生,其择业效能感高于无相关经验的学生。

其次,以大学生认知灵活性为因变量,仍以性别、专业、社会实践经验为自变量进行多因素方差分析,2(男、女)×2(文、理)×2(有社会实践经验、无社会实践经验)。分析结果显示:(1)性别与专业的交互作用显著( $F=6.991, p<0.01$ );(2)对于女大学生认知灵活性的研究显示,文科专业学生要优于理科专业( $p<0.01$ );(3)社会实践经验的主效应显著( $F=5.66, p<0.05$ ),即大学期间参与任何一种社会实践的学生,其认知灵活性高于无相关经验的学生。

研究结果表明是否参与社会实践作为主要影响因素,对大学生的择业效能感和其认知灵活性都具有重要影响。并且相比文科专业女生,理科专业女生在择业效能感与认知灵活性的强度上都得分较低。

### 2. 大学生择业效能感与认知灵活性和应对方式的相关分析

大学生择业效能感与认知灵活性和应对方式的相关分析见表1。可见,三者在各维度均为显著相关关系。(1)择业效能感与认知灵活性存在显著正相关关系;(2)认知灵活性同择业效能感均与解决问题和求助等积极应对方式存在显著正相关关系,与自责、幻想、退避和合理化等消极应对方式存在显著负相关关系。这是因为认知灵活性的本质即适应。认知灵活性高的大学生在面对复杂变化的择业情

表1 大学生择业效能感、认知灵活性和应对方式的相关分析( $n=785$ )

	认知灵活性	解决问题	自责	求助	幻想	退避	合理化
解决问题	0.45**						
自责	-0.35**	-0.33**					
求助	0.15**	0.20**	-0.03				
幻想	-0.24**	-0.19**	0.47**	-0.05			
退避	-0.28**	-0.13**	0.40**	-0.14**	0.44**		
合理化	-0.24**	-0.15**	0.45**	-0.05	0.43**	0.42**	
择业效能感	0.53**	0.39**	-0.24**	0.17**	-0.19**	-0.17**	-0.15**

注:\*\*为 $p<0.01$ 。

境时能够采取更加积极、成熟的应对方式,采用适应环境的策略,积极主动地收集信息、制定目标,灵活选择适合自身的职业,并相信自己能够找到满意的工作,因而具有较高的择业效能感;认知灵活性低的大学生则倾向于采取消极、不成熟的应对方式,因而具有较低的择业效能感。

### 3. 大学生应对方式在择业效能感与认知灵活性之间的中介作用

进一步考察应对方式在择业效能感与认知灵活性之间所起的作用。首先,研究认知灵活性对择业效能感的预测作用;其次,研究认知灵活性对应对方式各维度的预测作用;再次,以择业效能感为因变量,将认知灵活性和应对方式分别放入回归方程。结果显示,大学生认知灵活性对择业效能感有正向预测作用,且应对方式的四个因子对择业效能感与认知灵活性起中介影响作用。问题解决因子在其中的解释力最大(31.3%),其次是求助、自责和幻想,分别为29.1%、28.7%、28.7%。可见,面对职业选择问题,一方面,大学生灵活的认知直接提升了择业效能感;另一方面,高认知灵活的大学生,通过采用解决问题和求助这样积极的应对方式,产生较高的择业效能感;而低认知灵活的大学生因为采取自责和幻想这样消极的应对方式降低了择业效能感。

## 三、高校就业教育建议

促进大学生就业,帮助他们逐步建立起自己的职业生涯规划,是当前大学教育的一个重点。这需要教育者更注重学校教育与社会实际的衔接,除了知识的衔接,还应该辅以适当的心理辅导,鼓励大学生开展各种形式的实践活动,在社会实践中检验自己的知识储备与心理素质,检验自己在面对具体问题时的应对方式。具体来说,根据本研究结果在大学教育过程中,应加强以下三方面的培养与关注。

### 1. 注重社会实践

参与社会实践有助于大学生丰富人生体验,树立正确的人生观和价值观,可以帮助大学生深入了解、客观评价自己的能力、兴趣、价值观等,有助于大学生的职业生涯规划的确立与设计路径的实施。此外,目前招聘的现实是企事业单位偏爱有工作经历的应聘人员,而对于应届毕业生,只有通过社会实践才能弥补自身的这块短板。曾经的社会实践历练对于大学生具有积极意义,在面对新的环境时能采取更积极主动的态度和合理的方式来适应环境,并且有信心适应社会,所以认知灵活性水平也更高。实践出真知,在大学生培养过程中,要注重更多地联系社会实际,并且鼓励大学生走出校园积极参与社会实践,这对于他们今后走向社会是很好的历练。

### 2. 给予理科女生更多的关注和辅导

相对于研究中的文科专业女大学生,理科专业的女大学生表现出较低的择业效能感,她们更多地想要通过进一步深造找到理想的工作<sup>[12]</sup>。众所周知,在招聘环节,女生的竞争力不敌同专业的男生。表现在理工科专业尤其突出,这就使得部分女生想通过进一步深造来谋求更好的工作。表现在择业效能上,理科女生自我择业效能感较低。再者,可能由于长期专业学习与思维训练的不同,文科女生在面对复杂多变的环境时能够采取更加灵活的策略适应环境的要求。因此有必要加强对理科女生的心理教育与职业辅导。

### 3. 培养大学生正确解决问题的态度

认知灵活性高的大学生更容易对照环境调整个体思想与行为,使个体适应环境的变化,这是个体一种积极的应对方式,是成熟的表现<sup>[13]</sup>。而认知灵活性低的大学生主要是通过自责、幻想、逃避现实的策略和方式,无法随外界情境的改变做出适当的调整,反而越来越退缩,表现在择业效能感上则得分较低。提高大学生的认知灵活性,引导他们采用积极成熟的应对方式都将有效提升大学生的择业效能感<sup>[14]</sup>。所以,在学校教育中,应采取适当的方式,引导学生从多角度看待问题,解决问题,积极有效有步骤地提高大学生面对问题的应变能力,改变其不成熟的应对方式。这也是今后学校教育需要加强的一个方面。

参考文献:

- [1]郑日昌,张彬彬.择业效能感结构的验证性因素分析[J].心理科学,2002,25(1):91-92.
- [2]杨 林,郭巍伟,梁执群,等.大学生成就动机、择业价值取向与择业效能感的相关性研究[J].中国健康心理学杂志,2010(3):328-330.
- [3]李 琼,张晓斌.金融危机背景下大学应届毕业生择业效能感与状态焦虑关系研究[J].牡丹江大学学报,2010(2):114-117.
- [4]郑刚强.高职生择业效能感与目标取向及社会支持的关系[J].职教论坛,2010(8):87-88.
- [5]Canas J J, Quesada J F, Antoli A, et al. Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks[J]. Ergonomics, 2003,46(5):482-501.
- [6]Shafran R, Mansell W. Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment[J]. Clinical Psychology Review, 2001,21(6):879-905.
- [7]Emmett J D, Minor C W. Career decision making factors in gifted young adults[J]. The Career Development Quarterly, 1993,41(4):350-366.
- [8]龙燕梅.大学生择业效能感的研究[D].上海:上海师范大学,2003.
- [9]Martin M M, Rubin R B. A new measure of cognitive flexibility[J]. Psychological Reports, 1995,76:623-626.
- [10]齐 冰,赵 兵,王 琨,等.大学生认知灵活性问卷的修订及初步使用[J].心理与行为研究,2013(1):120-123.
- [11]汪向东.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.
- [12]赵守盈,陈 维,董艳萍.高职生社会支持和应对方式特征及关系的研究[J].职业时空,2009(10):156-157.
- [13]路翠萍.大学生思维方式与应对方式的关系研究[J].心理发展与教育,2008(4):58-60.
- [14]佟燕燕.家庭环境对蒙古族初中生应对方式的影响研究[D].呼和浩特:内蒙古师范大学,2009.

## Relationship Between Career Decision-making Self-efficacy and Cognitive Flexibility of College Graduates

Wang fan

(Hebei University, Baoding 071002, China)

**Abstract:** According to the research of the relationship of college students' career decision-making self-efficacy(CDMSE) and cognitive flexibility, this article conducted a questionnaire survey to 785 students in university of the fourth grade students. The results of the research show that students with practical experience are more higher in CDMSE, and also the liberal arts students. The study also found undergraduates' CDMSE and cognitive flexibility, problem solving, help seeking positively correlated. CDMSE, self blame, fantasy, withdrawal, rationalization are significantly negatively correlated. And coping style plays a partial mediating role between cognitive flexibility and CDMSE. Finally, according to the results of this study put forward the corresponding educational suggestions.

**Key words:** college graduates; cognitive flexibility; career decision-making self-efficacy; coping style; questionnaire survey

(责任编辑 石丽娟)