· 调查报告与分析 ·

高校毕业生完美主义与就业焦虑关系*

张斌[1], 邱致燕[2], 王丹[1]

关键词: 完美主义; 就业焦虑; 高校毕业生

中图分类号: R 749.7+2　**文献标志码**: A　**文章编号**: 1001-0580(2014)06-0814-02　DOI: 10.11847/zgggws2014-30-06-41

就业焦虑是个体在面临职业选择时产生的一种紧张不安、强烈而持久的情绪体验, 易受到诸多外界因素和自身因素的影响。在自身因素中, 多种人格特质影响个体感知的就业焦虑水平, 如内外向、神经质、精神质等[1-2]。完美主义是一种力求尽善尽美地完成任务并伴随批判性自我评估倾向的人格特质, 可以分为适应完美主义和适应不良完美主义两种[3]。研究表明, 完美主义与状态焦虑相关, 如社交焦虑、考试焦虑、运动员的竞技焦虑等[4-5]。本研究于 2013 年 3—4 月对湖南省某高校 220 名应届大学毕业生进行问卷调查, 旨在探讨完美主义与就业焦虑的关系, 为减轻高校毕业生就业焦虑提供相关的理论依据。

1　对象与方法

1.1　对象　整群随机抽取湖南省某高校的毕业班学生进行调查, 共发放问卷 235 份, 回收有效问卷 220 份。学生年龄在 21 ~ 25 岁, 平均(22.36 ± 1.01)岁。其中男生 88 人, 女生 132 人; 医学类专业学生 173 人, 非医学类专业学生 47 人。

1.2　方法　在取得知情同意后, 以班级为单位进行团体施测。调查问卷包括: (1) Frost 多维完美主义量表中文修订版[6] (Frost Multidimensional Perfectionism Scale, FMPS): 该量表分为 2 部分, 其中适应完美主义包括个人标准和条理性两个维度, 适应不良完美主义包括担心错误、行为疑虑、父母期望和父母批评等四个维度[3]。量表含 35 个条目, 每个条目采用从 1 ~ 5 级评分, 得分越高表明完美主义的程度越高。(2) 就业焦虑问卷[7]: 该问卷由张晓琴编制, 分半信度为 0.83, 内部一致性信度为 0.91。分为就业恐惧、就业不安、就业焦虑和面试焦虑 4 个维度, 共 30 个条目, 每个条目采用 1 ~ 4 级计分。将 4 个维度分数相加得出总分, 分数越高, 就业焦虑程度越严重。

1.3　统计分析　采用 SPSS 16.0 统计软件对数据进行独立样本 t 检验、Pearson 相关分析以及逐步回归分析。

2　结　果

2.1　毕业生就业焦虑得分的性别和专业差异比较(表 1)　高校毕业生在就业恐惧、工作焦虑、面试焦虑、就业焦虑总分上性别差异没有统计学意义, 但女生的就业不安得分高于男生, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。高校毕业生在就业恐惧、就业不安、面试焦虑、就业焦虑总分上专业差别没有统计学意义, 但医学类专业的学生工作焦虑得分高于非医学类专业学生, 差异有统计学意($P < 0.05$)。

表 1　高校毕业生就业焦虑性别和专业差异比较($\bar{x} \pm s$)

项目	男(n = 88)	女(n = 132)	t 值	医学类(n = 173)	非医学类(n = 47)	t 值
就业恐惧	21.68 ± 5.95	21.96 ± 7.63	0.30	22.01 ± 7.07	21.32 ± 6.98	0.59
就业不安	19.55 ± 4.52	20.94 ± 5.78	2.00[a]	20.68 ± 5.56	19.47 ± 4.59	1.37
工作焦虑	11.85 ± 2.99	12.14 ± 2.77	0.74	12.28 ± 2.72	11.11 ± 3.15	2.53[a]
面试焦虑	13.26 ± 2.73	13.67 ± 3.21	0.98	13.70 ± 3.05	12.83 ± 2.92	1.75
就业焦虑总分	66.34 ± 13.84	68.71 ± 15.66	1.15	68.68 ± 15.32	64.72 ± 13.58	1.61

注: a $P < 0.05$。

* **基金项目**: 全国教育科学"十二五"规划 2013 年度教育部青年课题(EIA130411); 湖南省社会科学基金(13B08); 湖南省情与决策咨询课题(2013ZZ3)

作者单位: 1. 湖南中医药大学人文社科学院心理学系, 湖南 长沙 410208; 2. 湖南中医药大学护理学院

作者简介: 张斌(1983 -), 男, 江西东乡人, 副教授, 博士, 研究方向: 心理咨询与评估。

通讯作者: 邱致燕, E-mail: zb303@163.com

数字出版日期: 2014 - 4 - 16 16:47

数字出版网址: http://www.cnki.net/kcms/detail/21.1234.R.20140416.1647.016.html

中国公共卫生 CPH

2.2　毕业生完美主义与就业焦虑的相关分析(表 2)

担心错误、行动疑虑、个人标准、父母期望、父母批评、条理性得分分别为(22.14 ± 5.66)、(12.08 ± 2.83)、(20.87 ± 3.86)、(15.09 ± 3.94)、(10.88 ± 2.72)、(22.11 ± 4.77)分。相关分析表明,毕业生就业焦虑的各个维度与适应不良完美主义的各个维度呈正相关,与适应完美主义的各个维度无统计学相关。

表 2　高校毕业生完美主义与就业焦虑的相关分析(r)

项目	担心错误	行为疑虑	个人标准	父母期望	父母批评	条理性
面试焦虑	0.21[b]	0.45[b]	0.02	0.21[b]	0.25[b]	0.20
工作焦虑	0.32[b]	0.45[b]	0.13	0.24[b]	0.30[b]	−0.02
就业不安	0.30[b]	0.42[b]	0.01	0.17[a]	0.28[b]	−0.03
就业恐惧	0.38[b]	0.32[b]	0.14	0.23[b]	0.34[b]	−0.07
就业焦虑总分	0.39[b]	0.48[b]	0.11	0.23[b]	0.37[b]	0.04

注:a $P<0.05$, b $P<0.01$。

2.3　毕业生完美主义对就业焦虑的回归分析(表 3)

以就业焦虑总分为因变量,以毕业生完美主义的的各个维度担心错误、行动疑虑、个人标准、父母期望、父母批评、条理性为自变量,进入多元逐步回归分析。结果显示,行动疑虑、担心错误、个人标准、父母批评等四个维度依次进入回归方程,其能解释就业焦虑总分变异量的 31.7%。

表 3　高校毕业生完美主义对就业焦虑的回归分析

预测变量	R	R^2	F	B	Beta	t
行动疑虑	0.478	0.228	64.546[c]	1.970	0.371	5.67[b]
担心错误	0.522	0.272	40.610[c]	0.706	0.266	3.77[b]
个人标准	0.546	0.298	30.549[b]	−0.798	−0.205	−3.08[b]
父母批评	0.563	0.317	25.004[a]	0.904	0.164	2.49[a]

注:a $P<0.05$, b $P<0.01$。

3　讨　论

研究结果表明,高校毕业生就业焦虑总分及大部分因子在性别、专业得分差异无统计学意义,这与安雅然[8]的研究结果相符合,与张玉柱等[9]的研究结果不一致。女生在就业不安因子得分高于男生,可能的解释是在社会求职、用人等方面存在着性别歧视,使高校女毕业生在就业准备时感到不安。医学生在工作焦虑因子得分上高于非医学生,这可能与当前医疗环境有关,医学生从事的工作强度大且风险性高,使得医学生更能知觉到工作焦虑。本研究显示,毕业生适应不良完美主义的担心错误、行为疑虑、父母期望、父母批评维度与就业焦虑呈正相关,这一研究结果与张秀阁的研究结论一致[10],说明高校毕业生感知到来自父母的高期望,做事犹豫不决,担心害怕犯错误,往往增加了就业压力,导致就业焦虑的产生。适应完美主义的个人标准与条理性维度与就业焦虑相关不显著,提示心理咨询工作者,在对就业焦虑干预时,应该充分考虑到适应不良完美主义的消极作用。回归分析进一步表明,行动疑虑、担心错误、父母批评对就业焦虑总分有正向预测作用,说明父母批评越多,毕业生越担心犯错误,行动越犹豫不决,就业焦虑越严重。个人标准对就业焦虑总分有负向预测作用。宋尚桂等[11]研究表明,个人标准高的大学生,为了实现自己的目标,往往会采用积极的行为和思维方式,而较少采用消极的行为方式,因而,就业焦虑程度越少。总之,完美主义与就业焦虑的关系密切,高校毕业生适应不良完美主义影响其就业焦虑程度。高校心理健康工作者在对大学生开展心理健康教育时应避免适应不良完美主义的消极作用,采取有针对性的措施缓解高校毕业生的就业焦虑,提高他们的心理健康水平,进而促进他们的职业素质能力发展。

参考文献

[1] 康钊. 334 名大学生择业焦虑与人格特征的相关研究[J]. 中国校医,2009,23(4):426 − 428.

[2] 王平,徐礼平,王俊. 医学生择业效能感与心理安全感关系[J]. 中国公共卫生,2011,27(10):1334 − 1335.

[3] 张斌,谢静涛,蔡太生. 完美主义人格的结构及特点[J]. 中国心理卫生杂志,2013,27(3):215 − 219.

[4] Wheeler HA, Blankstein KR, Antony MM, et al. Perfectionism in anxiety and depression: comparisons across disorders, relations with symptom severity, and role of comorbidity[J]. Int J Cognit Therap, 2011, 4(1): 66 − 91.

[5] 张斌,王莹莹,贺达仁,等. 完美主义及其认知 − 行为治疗研究[J]. 医学与哲学:人文社会医学版,2010,31(4):37 − 39.

[6] 佟月华. 大学生完美主义研究[J]. 济南大学学报,2006,20(3):277 − 279.

[7] 张晓琴. 江苏省高校毕业生就业焦虑预测因素分析[D]. 苏州大学硕士学位论文,2005.

[8] 安雅然. 大学毕业生焦虑心理的调查与分析[J]. 武汉体育学院学报,2003,37(3):143 − 145.

[9] 张玉柱,陈中永. 高校毕业生择业焦虑的心理教育实验研究[J]. 心理发展与教育,2006,22(3):99 − 101.

[10] 张秀阁. 高校毕业生应对方式对完美主义与择业焦虑关系的中介效应[J]. 中国学校卫生,2012,33(7):814 − 820.

[11] 宋尚桂,张美艳,何光明. 大学生完美主义与应对方式的关系[J]. 济南大学学报,2009,19(2):69 − 72.

收稿日期:2013−03−18　　(韩仰欢编校)