

中职生生涯适应力的现状调查与分析

傅璇

(浙江工业大学 教育科学与技术学院 浙江 杭州 310023)

[摘要]通过对557名中职生进行问卷调查,分析目前中职生生涯适应力的发展现状。研究发现,中职生的生涯适应力水平处于中等偏上位置,女生在生涯关注维度上显著高于男生,在生涯自信维度上显著低于男生;独生子女的中职生在生涯自信维度上明显高于非独生子女;担任过学生干部的中职生在生涯适应力及各维度上明显高于未担任过学生干部的学生。

[关键词]中职生;生涯适应力;调查研究

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.059

一、问题提出

生涯适应力是当今生涯研究领域的热点,是个体在应对择业、就业等生涯问题时的核心能力,能够帮助个体在未来职业道路上取得更高的成就,生涯适应力对个体的生涯发展具有重要的意义。中职生正处在生涯准备的重要阶段,与大学生、企业员工一样面临着择业、就业的压力,为了更好地适应现代社会发展,中职生群体需要提高生涯适应力,提升他们在面对就业等生涯问题的适应性能力,在学校期间就做好职业定位和对未来发展的明确规划,做好为适应社会、就业创业的充分的生涯准备,顺利完成从学生到社会人的生涯角色转变。因此,本研究对557名中职生进行问卷调查,进一步探索中职生生涯适应力的现状以及人口学变量的影响因素,从而对学生开展更加有效的生涯教育。

二、研究方法

(一) 研究对象

本研究采用网络问卷的调查方式,对浙江省金华市两所中职学校高三年级的570名中职生进行随机抽样调查。本次调查研究发放网络问卷共570份,筛选后的有效问卷为557份,有效率为97.72%。其中男生310人,女生247人;独生子女204人,非独生子女353人;学生干部151人,非学生干部406人。

(二) 研究工具

本研究采用侯志瑾(2012)修订的CAAS中文版,量表有四个维度,分别是“生涯关注”(1—6题)、“生涯控制”(7—12题)、“生涯好奇”(13—18题)和“生涯自信”(19—24题),每个维度6道题,共24个条目,采用5点式计分,从“完全不符合”到“完全符合”分别计1~5分,得分越高代表学生的生涯适应力越强,四个分量表的内部一致性系数为0.75-0.85,总的生涯适应力量表的内部一致性系数为0.94,该问卷的信效度良好,适用于青少年[1]。本研究中该量表的Cronbach α 为0.9, Bartlett's球形检验, $p < 0.05$,符合标准,数据呈球形分布,数据的信度和效度较高。

(三) 数据处理

以浙江省金华市两所中职学校的高三学生为被试实施问卷调查,使用SPSS23.0对收集上来的数据进行处理分析。

三、研究结果

(1) 中职生生涯适应力的现状

表1 中职生生涯适应力的现状

	均值 (M)	标准差 (SD)
生涯适应力	3.59	0.95
生涯关注	3.67	1.17
生涯控制	3.44	1.03
生涯好奇	3.51	0.99
生涯自信	3.73	1.13

由表1可知,根据生涯适应力量表进行描述性统计分析,得出生涯适应力的均分为3.59,各因子均分的排序是:生涯自信最高为3.73,其次是生涯关注3.67和生涯好奇3.51,生涯控制的均分最低为3.44,结果表明中职生生涯适应力水平处于中等偏上位置,中职生生涯自信表现较好。

(2) 中职生生涯适应力在性别上的差异分析

表2 中职生生涯适应力在性别上的差异分析

维度	男	女	t	p
生涯适应力	3.62±0.95	3.54±0.94	0.984	0.325
生涯关注	3.56±1.21	3.81±1.10	-2.621	0.009**
生涯控制	3.45±1.06	3.44±0.99	0.153	0.879
生涯好奇	3.55±0.99	3.46±1.00	1.021	0.308
生涯自信	3.94±1.02	3.46±1.21	4.923	0.000**

注:**代表 $p < 0.01$, *代表 $p < 0.05$,下同。

表2显示,男生和女生在生涯关注和生涯自信维度上存在显著差异($P < 0.05$),其中女生在生涯关注维度上显著高于男生,女生在生涯自信维度上显著低于男生。

(3) 中职生生涯适应力在是否独生子女上的差异分析

表3 中职生生涯适应力在是否独生子女上的差异分析

维度	独生子女	非独生子女	t	p
生涯适应力	3.65±0.92	3.55±0.96	1.123	0.262
生涯关注	3.70±1.12	3.65±1.19	0.475	0.635
生涯控制	3.47±1.05	3.43±1.02	0.390	0.696
生涯好奇	3.56±0.94	3.48±1.02	0.990	0.323
生涯自信	3.86±1.02	3.65±1.19	2.129	0.034*

运用独立样本t检验,考察中职生生涯适应力在是否独生

子女上的差异，具体结果如表3所示。从表3可见，独生子女和非独生子女的中职生在生涯适应力及其生涯关注、生涯好奇、生涯控制的维度上无显著性差异（ $p>0.05$ ），而在生涯自信的维度上有显著差异（ $P<0.05$ ），独生子女的中职生在生涯自信的维度上显著高于非独生子女的中职生。

(4) 中职生生涯适应力在是否学生干部上的差异分析

表4 中职生生涯适应力在是否学生干部上的差异分析

维度	学生干部	非学生干部	t	p
生涯适应力	3.84±0.89	3.49±0.95	3.982	0.000**
生涯关注	4.01±1.03	3.55±1.19	4.514	0.000**
生涯控制	3.65±1.00	3.37±1.03	2.879	0.004**
生涯好奇	3.73±0.97	3.43±0.99	3.193	0.001**
生涯自信	3.97±1.07	3.64±1.15	3.181	0.002**

运用独立样本 t 检验，考察中学生生涯适应力在是否学生干部上的差异，具体结果如表4所示。从表4可见，是否学生干部在生涯适应力及其各因子上存在显著差异（ $p<0.05$ ），其中担任过学生干部的中职生在生涯适应力、生涯关注、生涯控制、生涯好奇、生涯自信维度上显著高于非学生干部。

四、分析与讨论

本研究显示，中职生的生涯适应力水平处于中等偏上位置，但有待提高，这与以往的研究结果一致[2]。生涯适应力的得分在四个维度存在差异，四个维度的得分从高到低依次是生涯自信、生涯关注、生涯好奇、生涯控制。生涯自信维度的得分最高，说明中职生开始形成对未来生涯发展的想法，并逐渐具备一定的信心。生涯好奇、生涯控制这两个维度得分最低，中职生处在职业探索的初期，对于自身的能力判断力不足，对自身认识不够充分，个体探索生涯和控制生涯发展的能力还未成熟。

研究结果同时表明，男生与女生在生涯适应力总分以及生涯关注、生涯自信两个维度上均存在显著性的差异。生涯适应力方面男生高于女生的结论与以往的研究一致[3, 4]。女生在生涯关注维度的得分要高于男生，从当前我国的就业情况来看，性别歧视在一定程度上依然存在，女生的就业压力要明显高于男生，这可能会使得她们在面对生涯选择时更多地搜寻就业信息，给予更多的关注。中国的传统观念对女性更强调其顺从性和依赖性，对男性则强调其独立性。因此，中国的男性和女性在生涯准备上投入的关注和精力不同，最终导致他们在生涯适应力水平上存在差异。男生在生涯自信维度上的得分要显著高于女生，即传统教育要求男生较女生有更多的担当，更独立好强，所以适应能力相较于女生更强，他们希望依靠自身力量来实现理想目标，对未来充

满信心。

从是否独生子女来看，独生子女和非独生子女的中职生在生涯适应力、生涯关注、生涯控制、生涯好奇的因子上无显著性差异，但在生涯自信维度上有显著差异，独生子女比非独生子女得分更高，非独生子女家庭相对来说经济负担较重，父母往往要照顾两个以上的子女，而独生子女家庭只有一个子女，对子女教育是十分重视的，同时人力物力财力较充足，能为子女提供较丰厚的资源，所以在面对复杂的生涯问题时，独生子女往往更有信心。

从是否担任过学生干部来看，其中担任过学生干部的学生在生涯适应力、生涯关注、生涯控制、生涯好奇、生涯自信维度上明显高于未担任过学生干部的学生。这与以往的研究一致[2]，可能是担任过学生干部的学生得到更多的锻炼，这种经历帮助他们更早地领悟到一些职场中必备的素质和技能，例如主动性以及人际关系的技巧、处理问题的能力等，从而有更多的思考，对自身有更多的信心，这对生涯适应力的培养是至关重要的。

本研究通过调查中职生生涯适应力的现状，发现中职生生涯适应力水平处于中等偏上的位置，但仍需提升，男生的生涯适应力得分总体上来说高于女生，特别是在生涯自信维度上，女生的得分显著低于男生，在未来的职业生涯教育中要特别注重女生的生涯自信的培养；担任过学生干部的学生在生涯适应力及各维度上明显高于未担任过学生干部的学生，因此，中职生应加强参与实践活动的自主性，积极参加各种实践活动，如课程实践、加入学生组织、参与社团活动、实习等等，在实践过程中锻炼自己的交际沟通能力、调适能力等，形成综合能力，从而获取良好的职业体验，培养职业技能；同时，学校可以多举办生涯教育的讲座，职业生涯指导课程以及生涯适应力相关的团体辅导活动，针对不同情况的学生开展针对性的职业生涯辅导教育。

参考文献

[1] 李翔, 侯志瑾, 冯缦. 大学生父母生涯发展期望、主动性人格、生涯适应力和生涯决策困难的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2013(02): 263-267.

[2] 张轶娜. 中职生生涯适应力现状与团体辅导干预研究[D]. 淮北师范大学, 2020.

[3] 赵小云. 大学生生涯适应力研究[D]. 南京师范大学, 2011.

[4] 李婕, 陆丽萍. 北京市中学生生涯适应力现状调查研究[J]. 中小学心理健康教育, 2017(8).

作者简介:

傅璇(1994-), 女, 浙江金华人, 研究方向为职业心理。