



## 学业自我效能感在高职护理专业学生情绪弹性与学习倦怠关系中的中介作用

赵蓓蓓, 张云萍, 刘晓菲, 张静

引用本文:

赵蓓蓓,张云萍,刘晓菲,张静. 学业自我效能感在高职护理专业学生情绪弹性与学习倦怠关系中的中介作用[J]. 蚌埠医学院学报, 2024, 49(1): 133-136.

在线阅读 View online: <https://doi.org/10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2024.01.030>

---

### 您可能感兴趣的其他文章

#### Articles you may be interested in

#### 农村定单定向医学生专业承诺、学习自我效能感与学习倦怠的关系研究

The relationship among professional commitment, academic self-efficacy and learning burnout in rural order-targeted medical students

蚌埠医学院学报. 2018, 43(10): 1397-1400 <https://doi.org/10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2018.10.030>

#### 心理资本在高职护生社会支持与职业决策自我效能间的中介效应

Mediating effects of the psychological capital between social support and self-efficacy of career decision in higher vocational nursing students

蚌埠医学院学报. 2020, 45(5): 653-657 <https://doi.org/10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2020.05.025>

#### 实习护生职业倦怠与自我效能感的相关性研究

蚌埠医学院学报. 2019, 44(2): 267-271 <https://doi.org/10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2019.02.038>

#### 职校护生护理综合成绩与自我效能感、评判性思维的相关性研究

Study on the correlation between comprehensive nursing performance, and self-efficacy and critical thinking of nursing students in vocational schools

蚌埠医学院学报. 2019, 44(12): 1727-1730 <https://doi.org/10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2019.12.041>

#### 医学生学习倦怠与心理资本、应对方式的相关性研究

Study on the correlations between learning burnout, psychological capital and coping style in medical students

蚌埠医学院学报. 2018, 43(5): 648-650,654 <https://doi.org/10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2018.05.026>

# 学业自我效能感在高职护理专业学生情绪弹性 与学习倦怠关系中的中介作用

赵蓓蓓,张云萍,刘晓菲,张 静

(江苏护理职业学院,江苏 淮安 223305)

**[摘要]** **目的:**探讨高职护理专业学生(高职护生)学业自我效能感在情绪弹性与学习倦怠间的中介作用。**方法:**采用一般情况调查表、大学生学习倦怠量表、青少年情绪弹性量表和学业自我效能感量表对 252 名高职护生进行调查,分析学业自我效能感在情绪弹性与学习倦怠间的中介作用。**结果:**高职护生学习倦怠、学业自我效能感及情绪弹性总分分别为(52.42 ± 12.67)分、(73.46 ± 11.78)分、(39.85 ± 7.49)分。高职护生的情绪弹性总分与学习倦怠总分及各维度得分均呈明显负相关关系( $P < 0.01$ ),与学业自我效能感总分及各维度得分均呈明显正相关关系( $P < 0.01$ );学业自我效能感总分与学习倦怠总分及各维度得分均呈明显负相关关系( $P < 0.01$ )。学业自我效能感在情绪弹性与学习倦怠关系中起部分中介效应,中介效应为 0.079,中介效应占总效应的比例为 8.81%。**结论:**提高情绪弹性和学业自我效能感是缓解高职护生学习倦怠的有效途径。

**[关键词]** 学习倦怠;学业自我效能;情绪弹性;高职护理专业学生

[中图分类号] R 47 [文献标志码] A DOI:10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2024.01.030

## Mediating effect of academic self-efficacy in the relationship between emotional resilience and learning burnout of nursing students in higher vocational colleges

ZHAO Beibei, ZHANG Yunping, LIU Xiaofei, ZHANG Jing

(Jiangsu College of Nursing, Huai'an Jiangsu 223305, China)

**[Abstract]** **Objective:** To explore the mediating effect of academic self-efficacy on emotional resilience and learning burnout of nursing students in higher vocational colleges. **Methods:** A total of 252 nursing students in higher vocational colleges were investigated by general situation questionnaire, college students' learning burnout scale, adolescent emotional resilience scale and academic self-efficacy scale to analyze the mediating effect of academic self-efficacy on emotional resilience and learning burnout. **Results:** The total scores of learning burnout, academic self-efficacy and emotional resilience of nursing students in higher vocational colleges were (52.42 ± 12.67) points, (73.46 ± 11.78) points and (39.85 ± 7.49) points, respectively. The total score of emotional resilience of nursing students in higher vocational colleges was significantly negatively correlated with the total score of learning burnout and the scores of its each dimension ( $P < 0.01$ ), and was significantly positively correlated with the total score of academic self-efficacy and the scores of its each dimension ( $P < 0.01$ ). The total score of academic self-efficacy was significantly negatively correlated with the total score of learning burnout and the scores of its each dimension ( $P < 0.01$ ). Academic self-efficacy played a partial mediating effect in the relationship between emotional resilience and learning burnout, and the mediating effect was 0.079, which accounted for 8.81% of the total effect. **Conclusions:** Improving emotional resilience and academic self-efficacy is an effective way to alleviate learning burnout of nursing students in higher vocational colleges.

**[Key words]** learning burnout; academic self-efficacy; emotional resilience; nursing students in higher vocational colleges

《全国护理事业发展规划(2016-2020年)》中的发展目标强调要提升护理人员的能力和素质,表明国家非常重视护士素质的培养与建设。作为未来护理专业发展的中坚力量,高职护理专业学生(高职护生)的培养,对于稳定和发展护理队伍至关重要。但在高等职业技术教育迅猛发展的当下,作为

受教育主体的高等职业院校学生的实际学习情况与社会期望值普遍存在一定差距。研究<sup>[1]</sup>发现,高职护生的学习倦怠水平总体处于中等程度,甚至还有研究<sup>[2]</sup>发现高职护生的倦怠检出率高达 83.74%。学习倦怠作为一种慢性压力相关综合征,主要是学生因长期课业压力或负担而产生的情感耗竭状态,

表现为对学校课业及活动缺乏兴趣、感到厌倦,对同学态度冷漠等一系列消极的学习行为和态度。学习倦怠不仅会影响个体的学习成绩和专业成就,还会一定程度地影响个体情绪(如逃避学习、焦虑、低自尊等)及身心健康<sup>[3]</sup>,且这种心理还有可能延续到毕业后的工作岗位,发展为职业倦怠现象,对个人、家庭甚至社会带来不良影响。因此,在当前护生队伍学习倦怠现状严重的现实下,以高职护生为研究对象,探索其内部影响机制,对提升高等护理职业教育人才培养质量具有重要现实意义。

Bandura 的社会认知理论将倦怠看作是自我效能的缺失危机,个体对自身能力的消极评估容易诱发倦怠情绪。学业自我效能感则是自我效能在教育学领域上的延展,指学生对自身形成和达到既定学习目的的行动过程的能力判断<sup>[4]</sup>。学习自我效能感高的学生拥有满足学习需求、规划和组织学习的能力,更容易投入更多的努力和毅力坚持学习<sup>[5]</sup>,是学习倦怠的有效预测因素。护生的学习倦怠主要表现为成就感低、行为不当及情绪低落<sup>[6]</sup>,而情绪弹性作为一种情绪能力,是个体面对负性情绪刺激时产生积极情绪以及从负性情绪体验中快速恢复的能力<sup>[7]</sup>。研究<sup>[8]</sup>证实,情绪弹性对学习倦怠有显著的负性预测作用,对自我效能感有显著的正向预测作用。然而,情绪弹性、学业自我效能感与高职护生学习倦怠之间的内在影响机制尚不清楚。因此,本研究探讨情绪弹性能否通过学业自我效能对学习倦怠间接产生影响,即学业自我效能感在情绪弹性与学习倦怠之间是否存在中介作用。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

以方便抽样方法选取某省级高职院校的在校三年级护生为研究对象。纳入标准:已经完成护理专业在校教学课程的学习,处于毕业前实习阶段,对本研究知情同意,自愿参加。排除标准:外出找工作、病假等请假时间 > 3 d 未在临床实习者。共发放问卷 260 份,回收有效问卷 252 份,其中男生 37 人,女生 215 人,年龄 17 ~ 20 岁。

### 1.2 研究工具

1.2.1 一般情况调查表 根据研究目的自行设计一般情况调查表,内容包括年龄、性别、是否独生子女、城乡来源等。

1.2.2 青少年情绪弹性量表 由张敏<sup>[9]</sup>编制,共 11 个条目,包括积极情绪能力(5 个条目),情绪恢复能力(6 个条目)两个维度。采取 6 级计分标准,

1 ~ 6 分别为“完全不符合”“基本不符合”“不太符合”“有些符合”“基本符合”和“完全符合”。该量表内部一致性系数为 0.80,稳定性系数为 0.83,信效度良好。

1.2.3 大学生学习倦怠量表 由连榕等<sup>[10]</sup>编制,共 20 个条目,包括情绪低落(8 个条目)、行为不当(6 个条目)和成就感低(6 个条目)三个维度。采用 5 级计分法,得分越高,学习倦怠越严重。该量表总体 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.865,具有较好的信效度。

1.2.4 大学生学业自我效能感问卷 包括学习能力自我效能感和学习行为自我效能感两个维度,各 11 个条目,共 22 个条目。采用 Likert 5 级评分,分值越高,学业自我效能感水平越高<sup>[11]</sup>。本研究中,该量表总体 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.923,具有较好的信效度。

## 1.3 统计学方法

采用 Pearson 相关分析和线性回归分析。

## 2 结果

### 2.1 高职护生学习倦怠、学业自我效能感及情绪弹性现状

高职护生学习倦怠、学业自我效能感及情绪弹性总分分别为(52.42 ± 12.67)分、(73.46 ± 11.78)分、(39.85 ± 7.49)分,各维度得分及维度均分见表 1。27.38% (69/252) 的学生学习倦怠总分 ≥ 60 分,为学习倦怠者;16.27% (41/252) 的学生学习倦怠总分 < 40 分,为不存在学习倦怠;56.35% (142/252) 的学生为不确定的中间状态。学习倦怠中情绪低落、成就感低、行为不当三个维度平均分 ≥ 3 分的比例分别为 30.56% (77/252)、33.33% (84/252)、39.29% (99/252)。

表 1 高职护生学习倦怠、学业自我效能感及情绪弹性现状( $\bar{x} \pm s$ ;分)

维度	维度总分	维度均分
情绪低落	20.32 ± 6.42	2.54 ± 0.80
成就感低	15.83 ± 4.10	2.64 ± 0.68
行为不当	16.27 ± 4.23	2.71 ± 0.71
学习倦怠总分	52.42 ± 12.67	2.62 ± 0.63
积极情绪能力	20.24 ± 4.67	4.05 ± 0.93
情绪恢复能力	19.65 ± 4.80	3.28 ± 0.80
情绪弹性总分	39.85 ± 7.49	3.62 ± 0.68
学习能力自我效能感	36.75 ± 6.72	3.34 ± 0.61
学习行为自我效能感	36.59 ± 5.97	3.33 ± 0.54
学业自我效能感总分	73.46 ± 11.78	3.34 ± 0.54

## 2.2 高职护生情绪弹性、学业自我效能感与学习倦怠的相关性分析

高职护生的情绪弹性总分与学习倦怠总分及各维度得分均呈明显负相关关系 ( $P < 0.01$ ), 与学业

自我效能感总分及各维度得分均呈明显正相关关系 ( $P < 0.01$ ); 学业自我效能感总分与学习倦怠总分及各维度得分均呈明显负相关关系 ( $P < 0.01$ ) (见表 2)。

表 2 高职护生情绪弹性、学习倦怠与学业自我效能感的相关关系 ( $r$ )

项目	情绪低落	成就感低	行为不当	学习倦怠总分	积极情绪能力	情绪恢复能力	情绪弹性总分	学习能力自我效能感	学习行为自我效能感	学业自我效能感总分
情绪低落	1.000									
成就感低	0.471 **	1.000								
行为不当	0.705 **	0.619 **	1.000							
学习倦怠总分	0.895 **	0.769 **	0.892 **	1.000						
积极情绪能力	-0.307 **	-0.461 **	-0.316 **	-0.411 **	1.000					
情绪恢复能力	-0.466 **	-0.170 **	-0.345 **	-0.406 **	0.241 **	1.000				
情绪弹性总分	-0.502 **	-0.408 **	-0.428 **	-0.530 **	0.776 **	0.791 **	1.000			
学习能力自我效能感	-0.256 **	-0.179 **	-0.271 **	-0.278 **	0.138 **	0.096	0.148 **	1.000		
学习行为自我效能感	-0.339 **	-0.212 **	-0.315 **	-0.346 **	0.160 **	0.171 **	0.216 **	0.749 **	1.000	
学业自我效能感总分	-0.318 **	-0.198 **	-0.322 **	-0.333 **	0.159 **	0.144 **	0.195 **	0.938 **	0.918 **	1.000

\*\*  $P < 0.01$

## 2.3 学业自我效能感在高职护生情绪弹性与学习倦怠间的中介作用

为进一步分析高职护生的学习倦怠与情绪弹性、学业自我效能感的关系, 根据温忠麟等<sup>[12]</sup>研究的中介效应检验程序, 对学业自我效能感在情绪弹性和学习倦怠间的中介效应进行验证。首先, 分析自变量情绪弹性 ( $X$ ) 对因变量学习倦怠 ( $Y$ ) 的影响是否显著, 即检验系数  $c$ ; 然后分析情绪弹性 ( $X$ ) 对中介变量学业自我效能感 ( $M$ ) 的影响, 即检验系数  $a$ ; 再分析学业自我效能感 ( $M$ ) 对学习倦怠 ( $Y$ ) 的影响, 即检验系数  $b$ ; 最后分析在纳入中介变量学业自我效能感 ( $M$ ) 后, 情绪弹性 ( $X$ ) 对学习倦怠 ( $Y$ ) 的影响, 即检验系数  $c'$ , 若  $c'$  不显著, 则提示有完全中介效应, 若  $c'$  显著, 则为部分中介效应。分析结果显示, 情绪弹性、学业自我效能感均对高职护生的学习倦怠有明显作用 ( $P < 0.01$ ), 效应分别为  $-0.896$  和  $-0.257$ ; 学业自我效能感对学习倦怠有明显影响 ( $P < 0.01$ ), 效应为  $0.307$  (见表 3)。学业自我效能感在情绪弹性与学习倦怠关系中起部分中介效应, 中介效应为  $0.079$ , 中介效应占总效应的比例为  $8.81\%$  (见图 1)。

## 3 讨论

### 3.1 高职护生学习倦怠、学业自我效能感及情绪弹性现状

本研究中, 学习倦怠和学业自我效能感问卷为 5 点计分, 取 3 为参照值, 高职护生学习倦怠总分均

值为 2.62 分, 接近中间值 3, 学习倦怠水平接近中等。27.38% 的学生为学习倦怠者, 16.27% 的学生不存在学习倦怠, 56.35% 的学生为不确定的中间状态, 可能与高职护生对专业认同度不高、对所学课程胜任能力不足等有关。其中, 情绪低落、成就感低、行为不当三个维度平均分  $\geq 3$  分的比例分别为 30.56%、33.33%、39.29%, 说明高职护生在学习行为不当问题最严重, 其次为成就感低, 与陈华等<sup>[13]</sup>的结果基本一致, 表明高职护生在学习过程中迟到、早退、逃课、上课期间睡觉或玩手机等不良学习行为现象最为严重。究其原因可能为高职护生存在学习动机不足、学习习惯不良等问题, 缺乏对自我行为的约束意识, 自控能力差, 遇到学习困难时不能很好地解决。提示教育工作者要适当改变教学模式和方法, 因材施教, 分层教育, 着重纠正护生学习过程中的不当行为。本研究中, 高职护生学业自我效能感总体呈中上水平, 总分及两维度均分均高于中间值 3。由于情绪弹性量表采用 6 级计分标准, 取中间值 3.5 为参照值, 本研究中高职护生情绪弹性总分均值为 3.62 分, 处于中等偏上水平。

### 3.2 高职护生情绪弹性、学业自我效能感与学习倦怠的关系

高职护生的情绪弹性及各维度与学习倦怠呈显著负相关, 即情绪弹性越好, 学习倦怠越低。分析原因可能为高情绪弹性的个体能够有效调用心理资源, 产生更多的积极情绪, 对消极事件能够进行正确归因, 从而快速从消极体验中恢复正常, 而具备乐观



积极的心态以及情绪稳定的个性特征,可促进护生更好地学习。此外,本研究还发现,情绪弹性的两个维度中,积极情绪能力维度与学习倦怠的相关性更高,分析原因可能为积极情绪能力高的个体更倾向于用乐观态度看待所遇到的学业困境,从容面对负性情绪困扰,在学习上能够保持热情,学业发展相对较好。情绪弹性及各个维度与学业自我效能感呈明显正相关关系,说明情绪弹性高的护生其学业自我效能感也高,情绪弹性中的积极情绪能力与学业自我效能感的相关性更高,推测可能为积极情绪能力较好的护生更容易对行为结果作积极的预测,对自身完成任务的能力评估也较乐观,因此会获取更多的成功体验,从而提升学业自我效能感。学业自我效能感总分及各维度得分与学习倦怠总分及各维度得分呈明显负相关关系。分析原因可能为学业自我效能感能够促使学生设定学习目标,决定个体是否采取行动改变,需要投入多少才能帮助学生持久的面对困难和战胜挫折<sup>[14]</sup>。高学业自我效能感的学生能够在不同情境下坚定信念,采取多种行动和策略来管理学业压力,从容面对各种挑战,而低学业自我效能感的学生由于感到力不从心、无助、焦虑,从而逃避所有责任或行动,更容易产生学习倦怠<sup>[15]</sup>。

表3 学业自我效能感在高职护生情绪弹性与学习倦怠间的中介效应检验

	标准化回归方程	R <sup>2</sup>	系数	t	P	
第一步	$Y = cX + e1$	0.280	c	-0.896	9.87	<0.01
第二步	$M = aX + e2$	0.038	a	0.307	3.15	<0.01
第三步	$Y = c'X + bM + e3$	0.335	c'	-0.817	9.17	<0.01
			b	-0.257	4.53	<0.01

\*\* P < 0.01

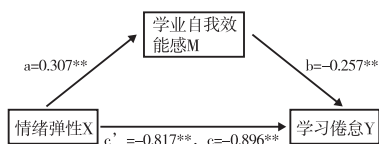


图1 学业自我效能感的中介效应路径图及各路径标准化回归系数

进一步对高职护生的学习倦怠与情绪弹性、学业自我效能感的关系进行分析发现,学业自我效能感是情绪弹性和学习倦怠的重要预测变量,学业自我效能感在情绪弹性与学习倦怠间起了部分中介作用。在教学实践中我们也发现,护生情绪弹性的增强可以促使学生在面对学习困境时积极评估自己的能力,动机性努力行为也随之提高,倾向于采取积极

的方式去迎接挑战,战胜困难,学习倦怠程度更低。因此,增强情绪弹性能够直接缓解学业倦怠状况,同时也可以通过提高学业自我效能感来间接缓解学业倦怠状况。

综上所述,高职护生情绪弹性对学习倦怠有显著负向影响,情绪弹性通过学业自我效能感影响学习倦怠。高校要加强对护生的思想政治教育和人文关怀,尊重、爱护护生,关心护生的心理需求,从而提升护生的情绪弹性;制定相应措施以提升大学生的学业自我效能。

#### [ 参 考 文 献 ]

- [1] 华嘉志,梁琨,董玉璐,等. 高职护生学习倦怠现状及影响因素分析[J]. 医药高职教育与现代护理,2019,2(2):95.
- [2] 陆佩佩,周静. 高职护生学习倦怠现状分析及其与手机依赖的关系研究. 卫生职业教育,2019,37(20):109.
- [3] 李礼,王晓彦,王立金. 医学生学习倦怠现状调查[J]. 蚌埠医学院学报,2017,42(3):367.
- [4] 戴绍芳. 高职生专业认同、学业自我效能感与学业倦怠的关系研究[D]. 福州:福建师范大学,2019.
- [5] 常小全. 高职院校大学生社会支持、学业自我效能感与学习倦怠的关系研究[D]. 兰州:西北师范大学,2020.
- [6] 张雷,许华山,倪娜. 医学生学习主动性、学习倦怠与人格特质研究[J]. 蚌埠医学院学报,2019,44(4):520.
- [7] 胡云君,崔冠宇. 负性生活事件与自杀态度:生命意义与情绪弹性的多重中介模型[J]. 温州大学学报(自然科学版),2020,41(3):57.
- [8] 宋霞. 初中生学业倦怠与自我效能感、情绪弹性的关系研究[D]. 南宁:广西民族大学,2017.
- [9] 张敏. 青少年情绪弹性及其对认知的影响[D]. 上海:上海师范大学,2010.
- [10] 连榕,杨丽娟,吴兰花. 大学生的专业承诺、学习倦怠的关系与量表编制[J]. 心理学报,2005,37(5):632.
- [11] 梁宇颂. 大学生成就目标、归因方式与学业自我效能感的研究[D]. 武汉:华中师范大学,2000.
- [12] 温兆麟,张雷,侯杰泰,等. 中介效应检验程序及其应用[J]. 心理学报,2004,36(5):614.
- [13] 陈华,陈数,张瑾,等. 学习适应在高职护生核心自我评价与学习倦怠间的中介作用[J]. 牡丹江医学院学报,2019,40(3):180.
- [14] PETESDOTTER L, NIEHOFF E, FREUND PA. International experience makes a difference: effects of studying abroad on students' self efficacy[J]. Personal Individ Diff,2017,107:174.
- [15] MCSWIGGAN LC, CAMPBELL M. Can podcasts for assessment guidance and feedback promote self-efficacy among undergraduate nursing students? A qualitative study[J]. Nurse Educ Today,2017,49:115.

( 本 文 编 辑 赵 素 容 )