摘　要

时下，体育课程受重视程度日渐高涨，为提升体育教育专业学生的能力，解决学生学习倦怠问题，为提高其学习质量，论文对辽宁省体育专业大学生的学习状态进行调查，对其影响因素进行探究。继而深入探索学生心理韧性、自我效能感水平对学习倦怠水平的影响程度，梳理出其三者中的影响程度，促使辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠水平的改善，为大学生学习倦怠情况的改善提供实践指导，提高学习效果与教育能力。

本研究采用文献法、问卷法以及数理统计等多种方法，引用较为成熟量表对辽宁省体育教育专业大学生进行问卷调查，整理与分析所得数据，梳理出致使辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的影响因素，以期能够对症下药，可以促使改善目前辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠状况。

研究结论如下：

（1）辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠整体处于中等偏下水平，其中男生成就感低维度高于女生；情绪低落维度存在年级差异；来自城市学生成就感低和行为不当维度上高于来自农村学生。

（2)辽宁省体育教育专业大学生心理韧性整体处于中等偏上水平,受性别差异下，积极认知和人际协助维度女生高于男生；在目标专注维度、积极认知维度上，农村学生较之城市高，家庭支持维度非独生子女更高。

（3）辽宁省体育教育专业大学生的学业自我效能感整体处于中等偏上水平，来自农村大学生学习行为自我效能感高于来自城市大学生。

（4）辽宁省体育教育专业大学生的学习倦怠与心理韧性、学业自我效能感两个维度之间的各个子维度呈显著的负相关关系；其中，心理韧性与学业自我效能感的各维度之间呈显著的正相关关系；心理韧性在学业自我效能感对学习倦怠的影响中起到部分中介作用。

关键词：体育教育；大学生；学习倦怠；心理韧性；学业自我效能感

Study on learning burnout and its influencing factors of college students majoring in Physical Education in Liaoning Province

Abstract

The importance of physical education courses is increasing day by day, and the problem of learning burnout has a great impact on the improvement of the ability of students majoring in physical education. In order to improve their learning quality, this paper investigates the learning state of students majoring in physical education in Liaoning Province, and explores the influencing factors.Then explore the students' mental toughness, self-efficacy level of academic burnout level of influence degree, teasing out the influence degree of the three, prompted the Liaoning province sports education professional college students' learning burnout level improvement, provide practice guidance for the improvement of the college students' learning burnout situation, improve the ability of learning and education.

In this study, various methods such as literature method, questionnaire method and mathematical statistics were used to conduct a questionnaire survey on college students majoring in physical education in Liaoning Province by referring to a relatively mature scale. The obtained data were sorted out and analyzed to tease out the influencing factors of learning burnout of college students majoring in physical education in Liaoning Province, in the hope of finding a remedy for the disease.It can improve the study burnout of college students majoring in physical education in Liaoning Province.

The results showed that:

(1) The overall learning burnout of physical education major college students in Liaoning Province is at the middle level, and the low dimension of achievement of male students is higher than that of female students;There was grade difference in the dimension of depression.The dimension of low sense of achievement and improper behavior of students from urban areas are higher than those from rural areas.

(2) The overall mental toughness of physical education majors in Liaoning Province is above the average level. Under the gender difference, female students are higher than male students in the dimensions of positive cognition and interpersonal assistance.In the dimensionality of goal focus and positive cognition, rural students are higher than urban students, and the dimensionality of family support is higher than that of non-singleton children.

(3) The overall academic self-efficacy of physical education major students in Liaoning Province is above the average level, and the self-efficacy of learning behavior of

rural students is higher than that of urban students.

(4) There is a significant negative correlation between learning burnout and psychological toughness and academic self-efficacy among physical education majors in Liaoning Province.Among them, there is a significant positive correlation between the psychological resilience and the dimensions of academic self-efficacy.

Key Words: physical education; college students; learning burnout; psychological resilience; academic self-efficacy

目　　录

摘　　要.....I
ABSTRACT.....II
1 引　　言.....1
1.1 选题依据.....1
1.2 研究目的和意义.....2
1.2.1 研究目的.....2
1.2.2 研究意义.....2
1.3 文献综述.....2
1.3.1 核心概念的界定.....2
1.3.2 学习倦怠的相关研究综述.....5
1.3.3 学业自我效能感的相关研究.....6
1.3.4 心理韧性的相关研究.....7
2 研究设计.....10
2.1 研究对象和研究路线.....10
2.1.1 研究对象.....10
2.1.2 研究路线.....10
2.2 研究方法.....10
2.2.1 文献资料法.....10
2.2.2 问卷调查法.....10
2.2.3 数理统计法.....11
3 结果与分析.....12
3.1 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠情况.....12
3.1.1 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的性别差异.....12
3.1.2 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的年级差异.....13
3.1.3 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的城乡差异.....14
3.1.4 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠各维度上的独生子女与非独生子女差异.....15
3.2 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性情况.....16
3.2.1 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性的性别差异.....16
3.2.2 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性的年级差异.....18
3.2.3 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性的城乡差异.....18

3.2.4 学生心理韧性各维度上的独生子女与非独生子女差异.....20
3.3 辽宁省体育教育专业大学生学业自我效能感情况.....21
3.3.1 辽宁省体育教育专业大学生学业自我效能感的性别差异.....21
3.3.2 辽宁省体育教育专业大学生学业自我效能感的年级差异.....22
3.3.3 辽宁省体育教育专业大学生学业自我效能感的城乡差异.....22
3.3.4 学生学业自我效能感各维度上的独生子女与非独生子女差异.....23
3.4 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠与心理韧性的相关关系.....24
3.5 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠与学业自我效能感的相关关系.....25
3.6 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性与学业自我效能感的相关关系.....26
3.7 学习倦怠、心理韧性与学业自我效能感的中介效应关系.....28
4 结论与建议.....29
4.1 结论.....29
4.2 建议.....29
参考文献.....31
附　　录.....34
攻读硕士学位期间发表学术论文情况.....40
致　　谢.....41

1 引　　言

1.1 选题依据

新时代的到来，新发展机遇也随之而来。教育作为中国和党的生计，所受到的关注程度始终只增不减。2021 年 3 月 7 日光明日报在《“办好人民满意的教育”——习近平总书记在全国政协医药卫生界教育界联组会上回应教育领域热点问题》中指出，“教育，特别是高等教育，一直是习近平总书记思考的重大问题，看得远、谋得深，也点得准、想得细。”两会上，教育问题多次被提起，教育的宽度、深度与质量问题当属时下的发展性问题。以此为背景，对我国高校体育教育专业大学生的学习倦怠情况进行研究，高校体育专业大学生在教师与学生之间存在转换性位移关系，其间所存在的纵横性联系与相互支撑、互为依托的发展性关系，对提高学校体育教育质量起到双向性作用。由此可知，体育教育专业大学生的学习倦怠情况有必要进行深入的了解与探索。

首先，将高校体育专业大学生的身份属性分为两层进行研究与梳理，其一为已然坐实的学生身份属性，其安然于学堂，耳闻教师的谆谆教诲，对各学科的知识进行外化汲取与内化吸收，务实了作为学子的本分工作。其二则为体育教师的储备人才，当然并非全体高校体育专业大学生均会成为教育事业的奉献者，但其作为体育教育事业的储备性人才的身份属性确是不容置喙。其次，对高校发展在学生需求问题上加以现代化视角系。当前社会需要优秀的体育教师资源来持续稳固与优化学校体育教育事业的发展样态，而体育专业大学生的学习倦怠问题会直接影响其学习质量，作为我国体育事业的后备性力量，大学生学习的质量也将成为社会评断的重要因素，因此为响应新时代社会对高校体育教育专业大学生的学习质量提出了要求，满足现代化社会发展的动态性需求，对体育专业大学生的学习倦怠问题进行研究极富时代价值。

鉴于此时代背景，对高校体育教育专业大学生的学习情况来做出调查尤为必要。时下我国高校体育教育专业大学生整体学习质量较高，但仍旧未能全面杜绝学生学习倦怠、心理问题等情况的发生，因此，为促使我国高校体育教育专业大学生的学习质量全面提升，对辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠情况进行综合性研究分析，对学习倦怠、心理韧性、学业自我效能感之间所存在的交错关系进行逐一梳理，旨在厘清学习倦怠的致因,为辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠问题的优化提供可行性路径，同时也为我国高校体育教育专业大学生学习倦怠情况的缓解提供可资借鉴的研究经验。

1.2 研究目的和意义

1.2.1 研究目的

强化高校体育教育专业大学生的教育问题已经成为高校教育事业的必经之路，同样也是优化发展我国体育教育事业的应然之举。但是，目前我国高校体育教育专业大学生存在的学习倦怠现象将严重影响到他（她）们的学习质量，甚至对未来从事体育教学等工作带来不利影响。因此，本研究通过对辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠情况的调查与分析，梳理学习倦怠与学业自我效能感、心理韧性三者之间的关系，清晰致使体育教育专业大学生学习倦怠的各种影响因素与子因素，以对症下药的形式促使辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠情况的改善，改善并优化辽宁省体育教育专业大学生的学习情况。

1.2.2 研究意义

理论意义:本研究以辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠情况为基础，探讨心理韧性和学业自我效能感的各个维度对学习倦怠的影响情况，是对学习倦怠、学业自我效能感以及心理韧性三方面研究的深化与健全，为学界对学习倦怠、学业自我效能感以及心理韧性水平三者中的研究提供更多理论支撑与实践依据。

实践意义:本研究通过对学习倦怠、心理韧性、学业自我效能感各个维度之间的影响关系研究，明确各维度之间的促进或抑制作用，为辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠问题的解决提供可行方案，同时也能为我国各高校体育教育专业乃至其他专业学习倦怠等情况提供可资借鉴的路径或建议。

1.3 文献综述

1.3.1 核心概念的界定

（1）学习倦怠

Freubenberger 认为职业倦怠是服务业的工作者在长时间工作、过量工作、高强度工作等形式下出现的一种过度疲劳的状态。1974 倦怠概念提出后“职业倦怠(Jobburnout)”与心理学研究领域开始融合，学习倦怠的概念多源于此[1]。目前，关于学习倦怠的概念，各国因为教育情况不同，学生的倦怠情况各有差异，因此，不同国家和地区对学习倦怠的定义也不同。纵观国外学者之于学习倦怠的定义，ChristinaMaslach 认为学习倦怠的定义是由于学习本身对个人能力、精力以及资源的过度要求，致使工作人员感觉挫败，面对工作手足无措的一类状况[2]。MalcolmPines 觉得学习倦怠是学生总承担的学习中的压迫与烦恼，从而精神逐渐衰竭，对学习的课程具有悲观的态度，远离身边的同学并冷淡的对待同学，和学习成绩下降等种种的消极

特征[3]。ToonW.Taris 所理解的学习倦怠是学生常常在过量的学习之中所造成的压力使其感情低落，渐渐丢失去学习的欲望，学业的好感下降，致使这种情况的产生[4]。BrankoSlivar 觉得学习倦怠是学生往往受到师生和学校所造成的压迫，让学生降低了学习成就感，且如牛负重、不能够良好地进行学习的现象[5]。

我国台湾学者 YangHui-Jen 认为由于学生学习负担过重，导致学生不能有效的对情绪进行调节，造成学生对学习兴趣不高，没成就感的现象称为学习倦怠[6]。连榕等认为学习倦怠是学生在一种强制的条件下对自己不感兴趣的东西进行学习时，无法产生积极欲望，会使得他们感到学习的厌倦，在心里和生理上都出现的疲惫状态，产生消极的学习方式[7]。邢强等认为，“在校园环境中，学生受到体力、经历、能力等因素的影响，对外界的需求难以招架，从而产生对学习逃避的状态，也就是我们通常称为的学习倦怠”[8]。王晓丽认为“当学生面临学业过程是所产生的一种压力状态或是心理压力，且自身难以得到有效缓解，对于学习过程中所出现的力不从心、身心疲惫的心理状态即为学习倦怠”[9]。

综上所述，目前，学界关于学习倦怠的定义多立于某种因外界或自身所致的状态，其影响因素或源自于个体差异，或由于兴趣之不浓，抑或是经历使然，但尽管说法纷杂，但其主旨与核心却仍旧万变不离其宗，其倦怠之由，一则是基于自身的主观性因素，二则是源于外界的客观性因素，是个人在客观外界因素使然下，形成的主观性倦怠的学习状态。

（2）学业自我效能感

学习效能感的概念最初是由班杜拉的自我效能感理论衍生出来的一种概念，它是针对学习主体在某一领域的某一科目上的一种自我判断学习能力的主观性的产物。学习自我效能感指的是学生顺利地去完成某项学习行为的自信程度，即个体能否成功的进行某一学习成就行为的主观判断，意味着个体在特定学习情境中从事某种行为并取得预期学习结果的能力。Schunk 对学业自我效能感的理解则为，学习者对自身完成学习任务的信心程度[10]。随后班杜拉再次提出学业自我效能感时学生在学习过程中解决问题的能力以及对自己能够达到的水平预判，是对自身学习能力的自信程度[11]。随后 Schunk 则认为，学习自我效能感是一种特殊的自我效能感，它是针对一般自我效能感而言的，并且它特指学习者对自己能否成功完成指定学习任务的一种信念程度[12]。

国内学者梁宇颂认为学业自我效能感时评估学生学习活动、学习问题的可能完成度[13]。边玉芳等认为学业自我效能感时对学习者可以有效使用其技能或能力成功完成学习任务的信心程度的评估[14]。傅蕾认为学习自我效能感是个体本身对于学业及学习任务是否能够顺利开展的主体能力的主观预测，如果主体本身觉得自己具备了完成某项学习任务的能力，那么在任务进行过程中主体付诸的精力和时间就会有所成效，最终影响任务结果[15]。黄祎认为学习自我效能感是个体对自己能力和这个任务的之间两

者的判断[16]。张敏等则认为，学习自我效能感包括两种形式，分为学习能力自我效能感与学习行为自我效能感。其中，学习能力自我效能感是指自身是否拥有优秀成绩并且能够顺利完成学习功课的本领的信心。学习行为自我效能感是指对自身是否能够采用一种的手段来到达一定目的的决心[17]。

综上所述，不难发现国内学界外对于学业自我效能感的定义存在异曲同工之处，都紧紧围绕学者的自身学习能力程度，根据研究需要，学业自我效能感可以为定义为个人在学习情况下能否使用自身的能力或技术完成学习任务，以及在相关的学习活动中可能出现的完整性评价，是个人对自己学习能力的信任和判断。

（3）心理韧性

目前，学界对心理韧性的定义众说纷纭，虽然不同学者对心理韧性的定义不尽相同，但是大都涉及两方面的要素：一是个体遭遇逆境、消极处境；二是自身主动应答、顺应、办理。对于心理韧性的意义来说，学者们的诠释就有着天壤之别，潘琳在研究初中生学习倦怠和心理韧性、学业自我效能感的关系中将心理韧性中的逆境与重大的应急事件，巨大创伤等，对个体造成严重的身心伤害以及生活中常见的困难、挫折、压力等联系起来[18]。FatimaSyedaFarwa 学者认为心理韧性基本归纳为三种类型：过程、结果、品质，持过程定义态度的研究者认为心理韧性具有着动态过程，它是自身该如何面度绝境与挫折的经历。但怀着结果性定义态度的学者说心理韧性的意思是个体能够顺利的度过绝境与挫折[19]。DavidsonJR 品质性定义观点的学者认为：心理韧性是自身能否顺利面对绝境中所带来的麻烦、障碍的一个优良品质[20]。NewmanR 认为许多学者往往以弹性、抗拒力、复原力或压弹等定义为心理韧性，而美国心理学会则多以个体在遭受到挫折、逆境、创伤以及其他负性事件时所产生的社会适应的能力与特性作为心理韧性的定义[21]。

我国学者江美娥将品质论、过程论和结果论三论视作目前心理韧性的重要组成部分。个体在逆境或挫折的境遇中多表现出的情况的适应能力或优良品质是品质论对心理韧性的释义；在困境中，个体对环境适应的过程是对心理韧性的释义[22]。李海垒等人同样认为成果性定义、过程定义和品格性定义是心理韧性的重要意义[23]。LutharS.S 认为，结果性定义主要侧重成效，表明了心理韧性是一种征象，尽管面对的是严重的威胁，但是，个体仍旧能够表现出一种良好的适应性[24]。而学者 MusterA.S.认为过程性定义是一种发展变化的动态性过程，侧重于过程。认为心理韧性主要体现在面对威胁、危险等困境是呈现出的动态性过程，具有动态交互性作用。而同理，品质性定义则是侧重于对个人能力或品质等特征的认同[25]。

综上所述，国内外对心理韧性的界定主要集中在过程、结果、品质三方面，其表述多以在个体受到外在威胁、压力等情况下，所表现出的适应性，虽审视角度三分置之，但其对环境的适应能力在个人品质、动态性过程以及最终结果都能够呈现出个人

的心理韧性状况，是对自身的心理极具研究意义。

1.3.2 学习倦怠的相关研究综述

（1）普通学生学习倦怠研究现状

对大学生学习情况的研究虽然较多，但出发点较为单一，例如，多是以大学生的自主学习、合作学习、探究学习和研究性学习为出发点，又或是从某一类的学生去替你、某一个学生群体产生的现象，再或者，则是从一个形象元素来进行分析或研究[26]。张璇针对我国大学生学习倦怠研究现状进行了统计分析，发现国内外相关研究日益增多，但关于其综述性的文章不是很多，他从研究方法、内容及其结论的角度进行了概括，探寻发展现状与存在不足[27]。郭彩琴等对不同年级、性别、学科间的大学生进行调查分析，发现均存在显著性差异，整体倦怠状态成中度[28]。高丙成用分析法进行了研究分析，探讨倦怠特点，在不同视角对其差异性进行了研究，结果显示：不同性别大学生之间没有明显差异性，理科学生倦怠水平高于文科生，不同倦怠类型大学生在学习付出、学习成绩及其幸福感方面均存在显著差异[29]。李仲平等通过调查研究发现学生行为不当是学习倦怠的主要表现，学生对学校适应过程中所产生的不良情绪对学习倦怠产生了较大的影响，但就盖面而言，学生可以通过提高自身的学习适应性来达到改善或减弱，甚至消除学习倦怠的情况[30]。李巍巍等通过研究大学生学习倦怠状况及其与人格特征的关系发现，性格、待人接物、情绪反应等因素均会对学习倦怠形成一定影响，性格外向、社交能力较强的学生相比性格内向、社交能力较弱的学生群体更加不容易产生学习倦怠等情况[31]。马勇在研究中提出大学生学业自我效能感水平与学习倦怠水平成反比，前者水平越好，学习倦怠水平的程度越差[32]。宋洪峰等认为学习倦怠是学生在长期的学习生活中，由于课业的繁重，校规校纪的约束，从而使得学生产生消极情绪，长期处于身心、精神、情感极度疲倦的状态[33]。廖川英运用问卷调查法等方法，对初中生群体的不同年级的学习倦怠进行调查与研究，结果显示：初中三年级学生的学习倦怠程度明显比初二年级和初一年级的学生要高一些，即年级越高学生学习倦怠的程度就越高[34]。李敏杰等提出优化课程设置，改变传统授课方式，建立学习激励机制等应对措施[35]。

综上所述，普通高校大学生的学习倦怠虽在性别上差异不大，但受到年级、性格、待人接物、情绪反应、所学专业等多方面因素影响，不同个体在不同的环境（外在因素）、心理（内在因素）等情况下所产生的对学业的倦怠即可视之为当下大学生学习倦怠的重要因由。

（2）体育专业学生群体学习倦怠的研究概述

体育专业大学生与其他普通大学生相比有着明显的自身特征，他们的个人因素和专业因素影响其学习倦怠水平。张娜选择对运动训练专业大学生学习倦怠进行研究，认为他们的学习倦怠程度比较严重，年级上存在差异性，性别上无差异性[36]。曾建川

认为学习倦怠在城乡、年级的变量上的差异不显著，女生学习倦怠程度要低于男生，而在行为不当上存在比较显著性的差异[37]。毛晓峰认为沈阳市体育教育和运动训练大学生倦怠情况都比较严重，并且两个专业之间也存在差异，运动训练专业学生学习倦怠程度较高，应加以重视[38]。张虹等认为体育专业大学生倦怠水平普遍处于中等状态，学生在专业课上的积极性要高于非专业科，技术课上高于理论课，男生高于女生，运动训练专业相对严重[39]。薛峰研究发现体育教育专业大学生的承诺程度要显著低于普通专业大学生[40]。刘正之等认为云南省体育专业大学生针对学习倦怠情况在性别上差异不明显；在年级上大二的体育专业学生的情绪低落感和学习倦怠情况更为显著，大一的体育专业新生的成就感略低于其他年级；在专业上，运动训练专业学生的情绪低落感和学习成就感成反比[41]。张丽艳认为体育专业大学生在心理弹性、学习压力、学习倦怠三者的关系上，后两者存在显著差异，但前者与后两者不存在显著性别差异。在城乡学生学习倦怠问题上，农村的学生的学习倦怠情况较之城市明显偏低[42]。曾建川等认为理论课不受体育专业大学生青睐的原因主要受学习兴趣、课堂气氛、教学吸引力、理论教学与实践等因素影响。此外，大多数体育大学生没有学习目标、身体素质不高、自身惰性、成就感并且不能理解授课意义等可视为学生的主观性因素，而大学体育课堂人数多、场地不充足、教学乏味、教师育人理念固化等因素则属于我国体育专业大学生学习倦怠的客观性外在原因[43]。刘贺等认为体育教育专业大学生术科学习的倦怠心理存在院校、生源、性别及年级四方面差异，且其倦怠程度处于中等高度，情绪低落程度一般，但是成就感低和行为不当两方面的发展情况相对严重。此外，体育教育专业大学生基础较差、专业情感承诺水平低、教学环境不佳等因素以间接致使了学习倦怠情况的形成[44]。

综上所述，学者们基于不同专业、性别、家庭情况等因素进行比较，研究对象不同，研究结果自也是不尽相同。研究表明体育专业大学生学习倦怠程度整体情况不容乐观，其改进办法与措施的锦囊集结对于当今体育专业大学生乐观积极的学习态度的锻造，尤为重要。

1.3.3 学业自我效能感的相关研究

（1）学业自我效能感的测量工具

学业自我效能感的测量基本以自我效能感量表的框架为判断标准。它 Schwarzer 由编制，该量表共 10 个项目，已被多次证明具有较高的效度与信度[45]。随后 Pintrich、Groot 编制了专门的学业自我效能感问卷，共有 22 道题目，并分为两个维度[46]。之后，梁宇颂等在此基础上进行了中国化编译研究，编制了以大学生为对象的学业自我效能感量表，此调查表包含 22 道问题，并且都分成了两个维度，两个维度均有十一题[47]。柴伟达等在对学生学业自我效能感的研究中沿用了此量表，结果显示量表的信度效度良好。边玉芳以我国学生的特点为依据编制了学习自我效能感量表，该表全面且中国

化，共有 64 道题，包括两个分量表和十个分测验，具有较好的信度[48]。

综上所述，就目前形式而言，我国对学生学业自我效能感的测量工具的研究是对国外已有量表的修改与改进。但现在对于学业自我效能感的统计和评价，国内外还没有达到统一的标准，且相关研究较少，加大学业自我效能感的测量一则有利于体育教育专业大学生积极人格的打造，二则可充分发挥学业自我效能感应用价值。

（2）学业自我效能感的相关研究

就目前研究的相关文献来看，大多数研究者探究学业自我效能感影响因素时，主要考虑到学习成绩、学习动机、父母教养的方式、师生关系等内容。其中，汪明春认为大学生学业自我效能感与学生遇到学业困难时的坚持与努力程度具有显著的相关性，富有高水平学业自我效能感的学生面对学习障碍的时候，总会想着办法来解决它，绝不会放弃认输[49]。何婷婷等人则是对中学生群体的学习自我效能感与学业水平的关系进行了研究，研究认为，学业自我效能感水平较低的高中生学习成绩就越低，并且处于高中时期高年级学生的效能感要低于低年级的学生[50]。李洁等在流动青少年学业自我效能感的团体干预效果事物研究中发现，流动青少年的学习成绩和学习适应直接影响学业自我效能感[51]。岑萃在学业自我效能感研究中发现，不存在性别差异，但存在年级差异[52]。王旭涛等认为目前学业自我效能感的研究暂以小学生、中学生、大学生为主，对于其他范畴所调查的相对较少，其测量方式多采用不能全面描述个体发展的真实情况横断式研究，鲜有的研究也受到许多的问题束缚[53]。李洁认为现在学界在学业自我效能感的研究微乎其微，其干预和培养问题局限于在 4 个层面[54]。曾小英认为大学生自尊的提升伴随着学业自我效能感的提升，呈正相关性；而学习倦怠提升则会致使自尊感的下降，呈负相关性。自主学习能力的增加与依赖性的的递减是学习过程中的一大特性。因此加大发挥学生学习的自主能动性，是减少学习倦怠有力举措[55]。

综上所述，学习自我效能感同学习倦怠存在反向性关联，其受到学业成绩、家庭教育、心理状态、自尊感、性格品质等多方面因素的综合影响，在目前的研究形式下对当前的大学生学习倦怠问题进行研究，能够促使辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠情况的好转以及强化学习自我效能感利用的效率。

1.3.4 心理韧性的相关研究

（1）心理韧性的测量工具

国外应用最早的是 Wagnild-Young 研制的韧性量表。他依靠着顺利克服或消极态度事件的访谈资料，编出了量表的问题。该量表的包括了两个维度，一个是个体能力水平，它包含了独立性、决心、信心、坚持和控制感等一系列的问题，另一个是自身及其面对生活的态度。它包括适应力、灵活性和平衡性等一系列条目，最具权威的是 Block-remen，他编制了自我韧性量表，此表简单明了，其表有十四个题目，此量表作用于许多研究中的人格量表。外国学者 Connor-Davidson 编制出了 Connor-Davidson 心

理韧性量表，最开始它作用于医学上的一些评估治疗中的反应。此量表包括五个维度和二十五个问题；该量表的中文版，共包含三个维度和二十五个条目。Resilience Scale for Adults 量表由 Fribourg 于 2003 年研制，这一量表应用广泛，主要测量的是个体面对应激时的保护性因素。该量表中包含了五个维度和四十三个问题。青少年心理韧性量表它更适用于 9-18 岁左右的青少年，Sandra Prince-Rmabry 基于一种关于个体内部的能力所研制出来，该表一共分为三个量表，其中包括情绪感应、表掌控感、关系感，表中题目分别有 19-24 个。

综上所述，学界对心理韧性的测量工具的研究经过对国外已有量表的修改与改进的基础上，其形成已相对完备。但在众多的测量量表中合理的选取对其研究的目的起着重要作用，通过对体育教育专业大学生心理韧性的测量能够对其学习倦怠的心理因素进行合理的勘测，具有较强的辅助研究价值。

（2）心理韧性的相关研究

就心理学目前研究趋势来看，心理韧性是近些年来的一个研究热点领域。每个研究者在心理韧性不同层面上都有着不同的理解，个体的心理韧性和其他许多的因素都有着直接的关系。如果是悲观的人在面临困难的时候总是无法去控制自己情绪，且波动较大容易放弃，心理承受水平没法得到提升，从而变得更加低迷；乐观的人在面临困难的时候能够淡定解决，最后水平也能够得到相对的提高。崔丽霞等在研究心理弹性与压力适应的关系中发现，乐观的学生其心理韧性与情绪有着密切关系，其心理韧性水平较高[56]。王一迪认为学习倦怠水平的高低受心理韧性水平和父母的教育方式影响[57]。陈佳琦等在研究学生反刍思维、学业拖延、心理韧性的作用与关系中发现，拥有较高反刍思维的中学生的心理韧性水平较低，且高反刍思维越高心理韧性水平越差[58]。杨光在对高中生群体的心理韧性进行研究时指出，应对方式与心理韧性水平呈显著的正相关，即心理韧性水平越高的学生，他的应对方式能力就越高，反之应对方式能力差的学生，他的心理韧性水平就越低[59]。李义安等在研究高校国防生心理韧性和幸福感的特点与关系中发现，心理韧性与幸福感指数二者呈显著的正相关，心理韧性水平比较低的国防生，他的幸福感指数就较低。[60]。徐明津等在研究心理韧性对中学生自杀意念的中介效应与调节效应中发现，五大人格特质中情绪性人格不有利于心理韧性的提升，心理韧性越高，自杀意念水平就越低[61]。叶丽红等在研究山区留守中学生心理韧性现状及其影响因素中发现，心理韧性与父母外出联系频率高低密切相关，与父母出差接触较少的学生心理韧性水平较高，与班干部和自我成绩评价直接相关[62]。

综上所述，心理韧性于个体情绪、生活环境、心理年龄与实际年龄、父母因素、个人幸福感等多种因素有关，在研究心理韧性与体育教育专业大学生学习倦怠的关联性是，具有交互性作用，其逆向性发展态势，对体育教育专业大学生学习倦怠情况具

有改善作用。

2 研究设计

2.1 研究对象和研究路线

2.1.1 研究对象

本研究从辽宁省六所带有体育教育专业的高校抽取了辽宁师范大学、大连大学、沈阳体育学院、沈阳师范大学四所学校体育教育专业大学生为研究对象，抽样方法为分层随机法，总共抽取 650 名学生作为被试样本。以回收的问卷有 626 份，其中有效问卷 616 份，有效回收率为 98.4%。包括男生 364 人，女生 252 人；大一 144 人，大二 160 人，大三 148 人，大四 164 人；独生子女 428 人，非独生子女 188 人；来自城市家庭 328 人，农村家庭 288 人。

2.1.2 研究路线

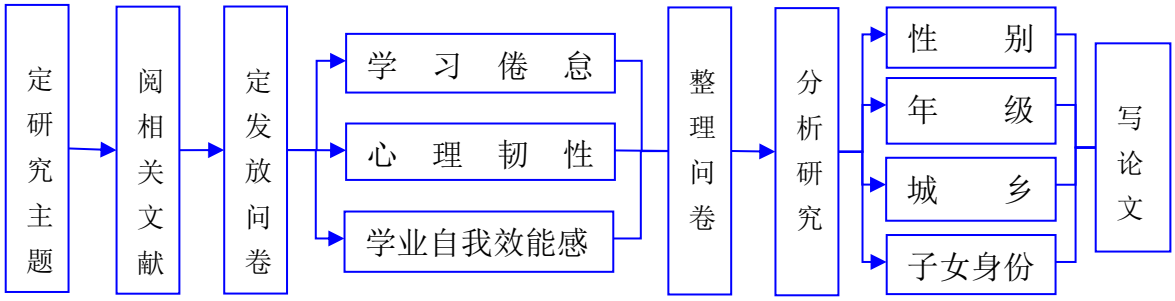


图 2.1　研究思路图

Fig. 2.1　ResearchIdeaMap

2.2 研究方法

2.2.1 文献资料法

通过明确研究目的，根据论文所需在中国知网等网上数据库查阅了相关的电子期刊文献资料，同时在辽宁师范大学图书馆收集并广泛阅读大量的纸质文献资料，了解当前普遍大学生在心理韧性及学习倦怠以及学业自我效能感三方面的研究现状，所获取的理论文献资源为论文的开展与写作奠定研究基础。通过在中国知网对关键词学习倦怠进行检索，发现其现有相关文献记录共计 3143 条；对关键词心理韧性进行检索，相关文献共计 4176 条；对关键词学业自我效能感进行检索，相关文献共计 3966 条，为论文研究提供了有效的理论支持。

2.2.2 问卷调查法

《大学生学习倦怠量表》（连榕编制）其中包括三个维度；分别是“情绪低落”维度、“行为不当”维度、“成就感低”维度。此量表与大多数量表相同，采用了改点自评

式，选项里有五个等级分别的是从“不完全符合”到“完全符合”。其中选择完全不符合得分为 1 分，选择比较不符合得分为 2 分，选择不确定得分为 3 分，选择比较符合得分为 4 分，选择完全符合得分为 5 分，1、3、6、8、11、13、15、18 八个题目的计分方式为反向计分，其他题目为正向计分。《大学生学习倦怠表》所得评分越高，学生学习倦怠水平就越高，反之，所得评分越低，学生学习倦怠倦怠水平就越差。经检验，该量表的信度和效度都比较高，内部一致性系数是 0.864，分半信度达到了 0.881，其结构效度系数介于 0.71 至 0.92 之间。

《青少年心理韧性量表》（胡月琴等编制）共有 27 道题目，此量表包含了关于心理韧性的五个维度（目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助），计分方式为 1-5 分。采用五点计分法，选项为“完全不符合”得 1 分、选项为“完全符合”得 5 分其中 1、2、5、21、27、15、16、17、6、9、12、26 题反向计分。其中五个维度里目标专注（2，4，11，20，24）；情绪控制（1，2，5，21，27）；积极认知（10，13，14，25）；家庭支持（8，15，16，17，19，22）；人际协助（6，7，9，12，18，26）。经检验，该量表的信度和效度都比较高，内部一致性系数为 0.83，是目前使用较多的量表。对外部效度进行关联效标验证中使用《中学生生存质量量表》和 Wagnild&Young 于 1993 年开发的《Resilience Scale》（RS）作为效标，结果显示该量表的信度和效度都比较高，总分与其二者呈显著正相关且系数为 0.49。

《大学生学业自我效能感量表》（梁宇颂编制）量表题量共计 22 题，其中包括了两个维度分别是“学习能力自我效能感”维度和“学习行为自我效能感”维度。学习能力自我效能感有 11 个题项，主要包括学习者对成功完成学习任务及目标的能力的判断；学习行为自我效能感主要涉及个体对自身为实现学习目标而付诸学习行动以及对自身行动结果的主观判断，包括 11 个题项。量表为 5 点评分法，表里 14、16、17、20 题为反向打分，剩下均为正向计分，各维度均值及总均值得分越高，表明个体的学业自我效能感水平越高。此量表内部一致性系数为 0.883 和 0.815，均大于 0.7，信度指标达到测量学要求；验证性因素分析结果 CFI=0.918，NFI=0.902，RMSEA=0.049，卡方自由度比为 1.745，结构效度指标达到测量学要求，说明量表信、效度较好。

2.2.3 数理统计法

运用 Excel 和 Spss 软件建立原始数据库并进行独立样本 t 检验、单因素方差分析、相关性分析和中介效应检验，对所获得的数据进行整理与归纳，为论文研究提供数据支撑，得到有效论据。

3 结果与分析

3.1 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠情况

表 3.1　辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠各维度描述性分析表

Tab. 3.1　Descriptiveanalysistableofeachdimensionofcollegestudents'learningburnout

维度	M±SD
学习倦怠	2.71±0.71
情绪低落	2.89±0.63
行为不当	2.58±0.65
成就感低	2.72±0.50

此研究的问卷每一道题目均使用 5 点计分法，取得分 3 作为学生学习倦怠情况的参考值。由上表可见，辽宁省体育教育专业大学生的学习倦怠水平的平均得分低于 3，此足可见，辽宁省被试的体育教育专业大学生的学习倦怠水平处于中等偏低水平。从学习倦怠的三个维度看来，情绪低落（M=2.89）＞成就感低（M=2.72）＞行为不当（M=2.58），标准差均小于 1，说明受试者在学习倦怠各个维度的相关回答上整体差异性不大。通过逻辑梳理，明确各维度与良好水平的反向关系，可看出行为不当维度下的逃课、迟到早退、上课玩手机或睡觉等不当行为的出现是学生学习倦怠情况形成的主要因素。

3.1.1 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的性别差异

为能对学生学习倦怠情况做出更好的研究与判断，针对辽宁省体育教育专业大学生的性别对其学习倦怠的影响情况进行研究。采用独立样本 t 检验的方式对性别差异对体育教育专业大学生学习倦怠的影响情况进行比较与分析（如表 3.2 所示）。

表 3.2　不同性别的体育教育专业大学生在学习倦怠各个维度上的比较

Tab. 3.2　Comparison of different dimensions of learning burnout among students majoring in physical education of different genders

维度	男（n=364） M±SD	女（n=252） M±SD	均值差	T	P
学习倦怠	2.78±0.47	2.64±0.52	0.14	1.669	p＞0.05
情绪低落	2.74±0.74	2.66±0.67	0.12	0.664	p＞0.05
行为不当	2.92±0.60	2.84±0.67	0.08	0.840	p＞0.05
成就感低	2.68±0.69	2.43±0.56	0.25	2.293	p＜0.05

通过表 3.2 可看出，辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的情况与性别差异有一定联系。分析表中数据可看出，性别不同的体育教育专业大学在学习倦怠的情绪低落维度（P＞0.05）以及行为不当维度（P＞0.05）上，均不存在显著性差异。而性别差异对学习倦怠的影响在成就感低的维度上存在显著性差异（P<0.05）。就所获数据看来，在学习倦怠的情绪低落维度（男：2.74，女：2.66，均值差：0.12，P>0.05）以及行为不当维度（男：2.92，女：2.84，均值差：0.16，P>0.05）上，男女生性别差异对学习倦怠情况的影响并不显著，由此说明在男女生性别差异下所形成的学习倦怠问题的主要原因并不在学习倦怠的情绪低落维度和行为不当维度上。但是在学习倦怠的成就感低维度上，男女生性别差异对学习倦怠情况的影响具有显著性差异（男：2.68，女：2.43，均值差：0.25，P＜0.05），因此可推断出，辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠问题的产生受到性别差异这一特征影响的主要原因在于学习倦怠的成就感低维度上。此现象形成的原因可能是由于大学生中女生学习态度、学习行为等好于男生，导致成绩较好于男生，因此成绩感低的得分低于男生，从而促进了其学习更加主动积极。

3.1.2 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的年级差异

为能对学生学习倦怠情况做出更好的研究与判断，针对辽宁省体育教育专业大学生所在年级对其学习倦怠的影响情况进行研究。采用单因素 ANOVA 检验的方式对年级差异对体育教育专业大学生学习倦怠的影响情况进行 F 检验（如表 3.3 所示）。

表 3.3　不同年级的体育教育专业大学生在学习倦怠各个维度上的比较

Tab. 3.3　Comparison of different dimensions of learning burnout among students majoring in physical education in different grades

维度	大一（n=144） M±SD	大二（n=160） M±SD	大三（n=148） M±SD	大四（n=164） M±SD	F	P	事后多重比较
学习倦怠	2.60±0.53	2.70±0.42	2.90±0.59	2.60±0.40	2.297	p＞0.05	
情绪低落	2.60±0.79	2.75±0.63	2.96±0.69	2.53±0.70	2.867	p＜0.05	3＞1 3＞4
行为不当	2.72±0.68	2.91±0.55	3.08±0.72	2.62±0.68	2.136	p＞0.05	
成就感低	2.56±0.72	2.47±0.57	2.66±0.63	2.84±0.52	0.616	p＞0.05	

表 3.4　不同年级的体育教育专业大学生在情绪低落维度维度上的 LSD 多重比较

Tab. 3.4　LSD Comparison of low emotion of students majoring in physical education in different grades

年级（M）	年级（M）	均值差	P
大一(2.60)	大二(2.75)	0.15	p＞0.05
	大三(2.96)	0.36	p＜0.05
	大四(2.53)	0.07	p＞0.05
大二(2.75)	大三(2.96)	0.21	p＞0.05
	大四(2.53)	0.22	p＞0.05
大三(2.96)	大四(2.53)	0.43	p＜0.01

从表3.3和表3.4可以看出辽宁省体育教育专业不同年级的大学生在学习倦怠的情绪低落维度上的倦怠状况为：大三（M=2.96）＞大二（M=2.75）＞大一（M=2.60）＞大四（M=2.53）。此外，通过表 3.4 不同年级的体育教育专业大学生在情绪低落维度维度上的 LSD 多重比较可以看出，大一与大三（均值差：0.36）、大三与大四年级（均值差：0.43）大学生在情绪低落维度上存在显著性差异。不同年级的体育教育专业大学生之所以会在情绪低落维度上存在差异，这与其在不同年级所面临的不同问题有较大关系。研究不同年级情绪低落维问题，发现，大三的体育教育专业大学生即面对学业压力也面对着找工作所带来的巨大精神压力，因而在学习情绪问题上，积极程度相对最低；而大二的体育教育专业大学生经历大一一年时间的消磨，在学业兴趣上有所降低，致使大二体育教育专业大学生的情绪低落感相对大一学生低；最后，大四学生在学业上压力相对较小，且基本以确定发展方向就业或者继续深造。

3.1.3 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的城乡差异

为能对学生学习倦怠情况做出更好的研究与判断，针对辽宁省体育教育专业大学生的家庭所在地对其学习倦怠的影响情况进行研究。采用独立样本 t 检验的方式对城乡差异对体育教育专业大学生学习倦怠的影响情况进行比较与分析（如表 3.5 所示）。

通过表 3.5 可看出，辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的情况与城乡差异有一定联系。分析表中数据可看出，家庭所在地不同的体育教育专业大学在学习倦怠的在情绪低落维度（P＞0.05）以及行为不当维度（P＞0.05）上，不存在显著性差异。而城乡差异对学习倦怠的影响在成就感低的维度上存在显著性差异（P<0.05）。

表 3.5　不同家庭所在地的体育教育专业大学生在学习倦怠各个维度上的比较

Tab. 3.5　Comparison of different dimensions of learning burnout among college students majoring in physical education in different home locations

维度	农村（n=288） M±SD	城市（n=328） M±SD	均值差	T	P
学习倦怠	2.65±0.54	2.81±0.43	0.16	-1.971	p＞0.05
情绪低落	2.68±0.73	2.74±0.70	0.06	-0.488	p＞0.05
行为不当	2.80±0.64	2.98±0.61	0.18	-1.767	p＞0.05
成就感低	2.47±0.67	2.70±0.60	0.23	-2.275	p＜0.05

就所获数据看来，在学习倦怠的情绪低落维度（农村：2.68，城市：2.74，均值差：0.06，P>0.05）以及行为不当维度（农村：2.80，城市：2.98，均值差：0.18，P>0.05）上，农村与城市的差异对学习倦怠情况的影响并不显著，由此说明体育教育专业大学生在城乡差异下所形成的学习倦怠问题的主要原因并不在学习倦怠的情绪低落维度与行为不当维度上。但是在学习倦怠的成就感低维度上，农村与城市的差异对学习倦怠情况的影响具有显著性差异（农村：2.47，城市：2.70，均值差：0.23，P＜0.05），因此可推断出，辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠问题的产生受到城乡差异这一特征影响的主要原因在于学习倦怠的成就感低维度上。此现象形成的原因可能是由于城市生活比之农村更为丰富，城市大学生对自身的要求更高，以至于其所获成就感相对农村大学生反而更低。

3.1.4 辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠各维度上的独生子女与非独生子女差异

表 3.6　不同子女身份的体育教育专业大学生在学习倦怠各个维度上的比较

Tab. 3.6　Comparison of different dimensions of learning burnout among college students majoring in physical education with different child status

维度	独生子女(n=428) M±SD	非独生子女(n=188) M±SD	均值差	T	P
学习倦怠	2.76±0.51	2.65±0.47	0.11	1.268	p＞0.05
情绪低落	2.75±0.73	2.61±0.68	0.14	1.137	p＞0.05
行为不当	2.89±0.62	2.88±0.65	0.01	0.082	p＞0.05
成就感低	2.63±0.69	2.45±0.53	0.18	1.625	p＞0.05

为能对学生学习倦怠情况做出更好的研究与判断，针对辽宁省体育教育专业大学生的独生子女或非独生子女的子女身份对其学习倦怠的影响情况进行研究。采用独立样本 t 检验的方式对子女身份差异对体育教育专业大学生学习倦怠的影响情况进行比较与分析（如表 3.6 所示）。

通过表 3.6 可看出，辽宁省体育教育专业大学生学习倦怠的情况与学生独生子女或非独生子女的身份定位上，不存在较大的区别。分析表中数据可看出，子女身份不同的体育教育专业大学在学习倦怠的情绪低落维度（P＞0.05）、行为不当维度（P＞0.05）以及成就感低维度（P＞0.05）上均不存在显著性差异。就所获数据看来，在学习倦怠的情绪低落维度（独生子女：2.75，非独生子女：2.61，均值差：0.14，P>0.05）、行为不当维度（独生子女：2.89，非独生子女：2.88，均值差：0.01，P>0.05）以及成就感低维度（独生子女：2.63，非独生子女：2.45，均值差：0.18，P＞0.05）上，独生子女与非独生子女的差异对学习倦怠情况的影响均并不显著。

3.2 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性情况

表 3.7　体育教育专业大学生心理韧性及其各个维度上的描述性分析

Tab. 3.7　Descriptive Analysis of Psychological Resilience and Its Dimensions of College Students majoring in Physical Education

维度	M±SD
目标专注	3.50±0.77
情绪控制	3.29±0.55
积极认知	3.57±0.79
家庭支持	3.29±0.42
人际协助	3.35±0.68
心理韧性	3.40±0.45

由表 3.7 可知，本研究调查样本的心理韧性水平的平均得分 M 均高于中间值 3 分，此足可见，辽宁省被试的体育教育专业大学生的心理韧性处于中等以上水平。从心理韧性的五个维度上看，积极认知（M=3.57，SD=0.79＜1）＞目标专注（M=3.50，SD=0.77＜1）＞人际协助（M=3.35，SD=0.68＜1）＞情绪控制（M=3.29，SD=0.55＜1）=家庭支持（M=3.29，SD=0.42＜1），标准差均小于 1，说明受试者在心理韧性各个维度的相关回答上整体差异性不大。而这均是由于体育教育专业的学生通过大量的体育锻炼，能够促使其情绪控制能力、目标专注度、人际协助能力以及对待事物的积极认知心理得到一定的提升，从而促使心理韧性水平的提升，再加上家庭的支持，能够有力的提高其心理韧性的水平，因此辽宁省体育教育专业大学生的心理韧性总体水平处于中等以上水平。

3.2.1 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性的性别差异

为能对学生心理韧性情况做出更好的研究与判断，针对辽宁省体育教育专业大学生的性别对其心理韧性的影响情况进行研究。采用独立样本 t 检验的方式对性别差异

对体育教育专业大学生心理韧性的影响情况进行比较与分析（如表 3.8 所示）。

表 3.8　不同性别的体育教育专业大学生在心理韧性各个维度上的比较

Tab. 3.8　Comparison of Different Dimensions of Psychological Resilience among College Students of Physical Education with Different Sexes

维度	男(n=364) M±SD	女(n=252) M±SD	均值差	T	P
目标专注	3.44±0.83	3.60±0.68	0.16	-1.241	p＞0.05
情绪控制	3.28±0.56	3.30±0.54	0.02	-0.319	p＞0.05
积极认知	3.44±0.83	3.76±0.68	0.32	-2.511	p＜0.05
家庭支持	3.26±0.43	3.33±0.42	0.07	-1.095	p＞0.05
人际协助	3.21±0.67	3.56±0.64	0.35	-3.262	p＜0.01
心理韧性	3.32±0.47	3.51±0.39	0.19	-2.575	p＜0.05

通过表 3.8 可看出，辽宁省体育教育专业大学生的心理韧性情况与性别差异有一定联系。分析表中数据可看出，性别不同的体育教育专业大学在心理韧性维度的积极认知维度（P＜0.05）以及心理韧性维度（P＜0.05）上，存在显著差异性；在人际协助维度（P＜0.01）上，存在极其显著性差异；而在目标专注维度（P＞0.05）、情绪控制维度（P＞0.05）以及家庭支持维度（P＞0.05）上不存在显著性差异。

就所获数据看来，在心理韧性的目标专注维度（男：3.44，女：3.60，均值差：0.16，P＞0.05）、情绪控制维度（男：3.28，女：3.30，均值差：0.02，P＞0.05）以及家庭支持维度（男：3.26，女：3.33，均值差：0.07，P＞0.05）上，男女生性别差异对心理韧性情况的影响并不显著，由此说明在男女生性别差异下所形成的学习倦怠问题的主要原因不在心理韧性的目标专注维度、情绪控制维度以及家庭支持维度上。而在心理韧性的积极认知维度（男：3.44，女：3.76，均值差：0.32，P＜0.05）上，男女生性别差异对学生心理韧性的影响具有显著性差异，因此推断辽宁省体育教育专业大学生心理韧性问题的产生受到性别差异这一特征影响的原因在于心理韧性的积极认知维度上。此外，在心理韧性的人际协助维度（男：3.21，女：3.56，均值差：0.35，P＜0.01）上，性别差异对心理韧性情况的影响极其显著，因此人际协助维度是在性别差异下所形成的心理韧性问题的最主要的核心原因。从学生性别的角度审视心理韧性的人际协助以及积极认知维度，其存在差异的主要的原因可能是来源于对男生与女生的生活习惯，大多数体育教育女大学生具备乐观豁达、开朗活泼的性格，在积极认知上，略优于男大学生。而其交友圈子相对男生更为广阔，因而在心理韧性的人际协助维度上，男生略低于女生。此也正好与国内学者郭君君所言“女性更倾向于建立良好的人际关系，采用和他人共同应对的方法来解决问题”相互支撑[63]。

3.2.2 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性的年级差异

为能对学生心理韧性情况做出更好的研究与判断，针对辽宁省体育教育专业大学生的所在年级对其心理韧性的影响情况进行研究。采用单因素 ANOVA 检验的方式对大学生的年级差异对体育教育专业大学生心理韧性的影响情况进行 F 检验（如表 3.8 所示）。

表 3.9　不同年级的体育教育专业大学生在心理韧性各个维度上的比较

Tab. 3.9　Comparison of Different Dimensions of Psychological Resilience among College Students of Physical Education in Different Grades

维度	大一(n=144) M±SD	大二(n=160) M±SD	大三(n=148) M±SD	大四(n=164) M±SD	F	P
积极认知	3.61±0.90	3.55±0.67	3.60±0.74	3.52±0.85	0.108	p＞0.05
家庭支持	3.34±0.48	3.23±0.42	3.32±0.42	3.27±0.39	0.499	p＞0.05
人际协助	3.53±0.73	3.22±0.61	3.42±0.74	3.27±0.62	1.707	p＞0.05
心理韧性	3.49±0.49	3.32±0.39	3.43±0.47	3.37±0.44	1.034	p＞0.05

通过表 3.9 可看出，辽宁省体育教育专业大学生心理韧性的情况与学生所在年级差异基本不存在较大联系。在心理韧性的目标专注维度（P>0.05）、情绪控制维度（P>0.05）、积极认知维度（P>0.05）、家庭支持维度（P>0.05）、人际协助维度（P>0.05）上看，不同年级的体育教育专业大学生与心理韧性的心理韧性本身、目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持以及人际协助六个维度均不存在显著性差异。

3.2.3 辽宁省体育教育专业大学生心理韧性的城乡差异

为能对学生心理韧性情况作出更好的研究与判断，针对辽宁省体育教育专业大学生的家庭所在地（城市或农村）对其心理韧性的影响情况进行研究。采用独立样本 t 检验的方式对城乡差异对体育教育专业大学生心理韧性的影响情况进行比较与分析（如表 3.10 所示）。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：https://d.book118.com/618044131032006106