

# 地方本科院校大学生专业认同与心理健康的关系：班级归属感的中介效应

傅娜, 王娜娜, 陈健

湖南工学院, 湖南 衡阳 421002

**摘要：**目的 探讨专业认同对大学生心理健康的影响，以及班级归属感在二者之间的中介效应。方法 采用专业认同问卷、班级归属感问卷、抑郁-焦虑-压力自评量表对418名在读大学生进行问卷调查。结果 (1) 专业认同显著负向预测大学生抑郁、焦虑、压力；(2) 班级归属感显著负向预测大学生抑郁、焦虑、压力；(3) 班级归属感在专业认同与大学生抑郁、焦虑、压力之间起完全中介作用。结论 专业认同可以预测大学生的心理健康水平，其作用机制是通过影响班级归属从而影响大学生的心理健康水平。高校在注重专业认同教育的同时，要加强班级建设。

**关键词：**大学生；专业认同；班级归属感；心理健康

## Relationship of Professional Identity with Mental Health of College Students in Local Undergraduate Colleges: Mediating Effect of Class Belonging

Fu Na, Wang Nana, Chen Jian

Hunan Institute of Technology, Hengyang, Hunan 421002

**Abstract：** Objective: To explore the effects of professional identity on mental health of college students and the mediating role of class belonging. Methods: A total of 418 college students were measured using the Professional Identity Scale, Class Belonging Scale, and the Depression, Anxiety, Stress Scales (DASS-21). Results: (1) The professional identity level of college students was significantly negatively related to the level of their negative emotion (anxiety, depression and stress). (2) The class belonging level of college students was significantly negatively related to the level of their negative emotion (anxiety, depression and stress). (3) The class belonging level of college students played a total mediating role between the level of their professional identity and negative emotion. Conclusions: Professional identity played a predictive role in the mental health level of college students, which had an effect on their class belonging first and then influenced their mental health. The equal attention should be paid on the professional identity education and class construction.

**Keywords：** college student; professional identity; class belonging; mental health

### 引言

在我国高等教育事业飞速发展的背景下，地方本科院校在培养应用型人才方面扮演着日益关键的角色。在人才培养的过程中，更要重视对学生心理健康的培育。研究学者俞国良指出，在我国大中小学生中，抑郁和焦虑两大心理健康问题的检出率较高<sup>[1]</sup>。《2022年大学生心理健康状况调查报告》显示，21.48%的大学生存在抑郁风险，45.28%的大学生存在焦虑风险<sup>[2]</sup>。抑郁、焦虑等被称为负性情绪，是指个体内心各种消极的情绪体验<sup>[3]</sup>。这些负面情绪，尤其是焦虑、抑郁和压力，已成为大学生普遍面临的心理难题<sup>[4]</sup>。近年来，有大量关于大学生心理问题影响因素的研究，但专业认同对大学生心理健康影响的研究却相对较少<sup>[5]</sup>。专业认同体现为学习者对其所学领域的肯定和接纳，他们不仅乐于以积极主动的心态去深入探索，更是将这一专业视为自身认同的一部分，与之形成内在的统一<sup>[6]</sup>。已有研究显示，专业认同与抑郁之间存在一定的关联<sup>[7]</sup>。但是，现有研究尚未涉及班级归属感在这一关系中的中介作用。班级归属感是指学生对自己所在班级在思想、感情和心理上的认同和投入，愿意作为班级一员承担各项责任与义务，并且乐于参加班级活动<sup>[8]</sup>。已有研究表明，抑郁与班级归属感显著负相关<sup>[7]</sup>。然而，目前尚无研究探讨班级归属感在大学生专业认同与心理健康关系中的中介作用。基于此，本文将采取问卷调查法、共同方法偏差检验、相关性分析和中介效应检验等研究方法，以地方本科院校418名在校大学生为研究对象，试图回答以下问题：大学生专业认同与心理健康的关系如何？班级归属感在这一关系中是否具有中介作用？

## 一、对象与方法

### (一) 工具与数据收集

专业认同问卷。本研究采用秦攀博在2009年编制《大学生专业认同调查问卷》<sup>[8]</sup>进行专业认同的测评。本问卷分为专业认知、专业情感、专业行为和专业适切等4个维度,共23个项目,采用“完全不符合”“比较不符合”“不确定”“比较符合”“完全符合”5级评分。其中,专业认知维度含5个项目,代表性项目为“我了解所学专业的就业情况”“我知道所学专业在本校的地位”;专业情感维度含8个项目,代表性项目为“我乐意从事所学专业的有关工作”“我在内心已经接受了我这个专业”;专业行为维度含6个项目,代表性项目为“我经常阅读和所学专业相关的书籍”“我会及时认真地完成专业课程作业”;专业适当维度含4个项目,代表项目为“我的性格和该专业匹配”“所学专业能够体现我的特长”。在本次研究中,总问卷的克隆巴赫 alpha 系数为0.95。

班级归属问卷。根据 Cheung 和 Hui 编制的中英文版本的学校归属感量表<sup>[9]</sup>进行改编,主要是将量表中“学校”一词修改为“班级”,将“教师”一词修改为适用于高校情境的“辅导员和班主任”。最终,量表包含16个项目,采用1(从不这样)到5(总是这样)五级计分方式,总分越高,代表班级归属感越强。在本次研究中,总问卷的克隆巴赫 alpha 系数为0.90。

心理健康问卷。采用抑郁-焦虑-压力自评量表简体中文版(DASS-21)进行测量<sup>[10]</sup>。该量表共21个条目,测量抑郁因子、焦虑因子和压力因子各7个条目,采用4点计分,从“不符合”到“总是符合”分别计0~3分,得分越高表明对应的情绪体验越强。本研究中,总量表的克隆巴赫  $\alpha$  系数为0.94,抑郁因子、焦虑因子和压力因子的克隆巴赫  $\alpha$  系数分别为0.87、0.81和0.84。

具体过程是把专业认同问卷和大学生心理健康问卷及相关人口学变量录入问卷星,然后进行网上数据采集。数据采集分为两个阶段。第一个阶段是2024年寒假期间,由带班辅导员老师和项目组同学把链接发给学院学生,邀请同学帮助填写。第二个阶段是2024年上半年,在上一学期晚自习的时间,由经过培训的学生干部和项目组的同学一起把问卷链接发到班级,请同学们填写。

### (二) 样本特征

调查样本选取的学院目前有安全工程、应急技术与管理、物流管理、物流工程与工业工程等5个专业,其中安全工程和物流管理专业为国家一流专业建设点。问卷设置了3个探测题,用于对样本进行筛选,筛选后得到最终样本418个。其中,安全工程139人,工业工程67人,物流工程35人,物流管理117人,应急管理60人;男生253人,女生165人;大一319人,大二20人,大三71人,大四8人;来自农村315人,城市103人;独生子女91人,非独生子女327人;学生干部102人,非学生干部316人。

### (三) 统计处理

采用 SPSS 23.0 数据分析软件对研究变量进行描述性统计分析,采用 SPSS 中的探索性因素分析方法进行共同方法偏差检验,

使用 SPSS 宏程序 PROCESS 中 model 4 对专业认同对大学生心理健康的直接效应和班级归属的中介效应进行检验。

## 二、结果与分析

### (一) 共同方法偏差检验

本研究采用自陈问卷收集数据,共同方法偏差可能对研究结果产生较大影响。本研究采用 Harman 单因素法检验共同方法偏差可能对结果产生影响的程度。结果显示,有10个特征值大于1的公共因子,其中第一个因子能够解释的变异量为31.30%,小于40%的临界标准<sup>[11][12]</sup>,表明本研究不存在严重的共同方法偏差。

### (二) 研究变量的描述性统计与相关分析

专业认同、班级归属、抑郁、焦虑和压力的平均数、标准差和相关系数见表1。专业认同与班级归属显著正相关( $p < 0.001$ ),与抑郁、焦虑、压力显著负相关( $p < 0.001$ );班级归属与抑郁、焦虑、压力显著负相关( $p < 0.001$ )。

表1 各变量的平均数、标准差和相关系数

变量	M ± SD	1	2	3	4	5
1. 专业认同	3.59 ± 0.62	1				
2. 班级归属	3.71 ± 0.56	0.71***	1			
3. 抑郁	1.45 ± 0.47	-0.36***	-0.48***	1		
4. 焦虑	1.47 ± 0.43	-0.29***	-0.42***	0.81***	1	
5. 压力	1.62 ± 0.49	-0.33***	-0.41***	0.79***	0.83***	1

注:\*\*\* $p < 0.001$

### (三) 中介效应检验

采用 PROCESS 插件中的模型4进行中介效应检验,所有变量进行标准化处理(不含性别变量)。模型分别以抑郁、焦虑、压力为因变量,专业认同为自变量,班级归属为中介变量,性别和年龄为控制变量。结果表明,专业认同对抑郁、焦虑、压力的直接效应不显著;专业认同显著正向预测班级归属;班级归属显著负向预测抑郁、焦虑、压力。具体结果见表2。

中介效应检验的结果见表3。结果显示,专业认同对抑郁、焦虑、压力的总效应显著。专业认同对抑郁、焦虑、压力的直接效应不显著。专业认同通过班级归属影响抑郁、焦虑、压力的间接效应分别为-0.33、-0.29、-0.24,95%的置信区间不包含0,效应占比分别为89.19%、99.00%、72.73%。以上结果表明,班级归属在专业认同与抑郁、焦虑、压力的关系中起完全中介作用。

表2 中介模型分析

变量	班级归属		抑郁		焦虑		压力	
	$\beta$	t	$\beta$	t	$\beta$	t	$\beta$	t
专业认同	0.71	20.61***	-0.04	-0.66	-0.002	-0.04	-0.09	-1.39
班级归属			-0.46	-7.55***	-0.42	-6.65***	-0.34	-5.44***
R <sup>2</sup>	0.51		0.26		0.21			
F	143.27***		35.80***		26.97***			

注:\*\*\* $p < 0.001$ 。

表3 中介效应检验

项目	效应值	Boot 标准误	95% 置信区间		效应占比
总效应	-0.37 (-0.299) [-0.33]	0.05 (0.046) [0.05]	-0.46 (-0.390) [-0.42]	-0.28 (-0.208) [-0.24]	
直接效应	-0.04 (-0.003) [-0.09]	0.06 (0.063) [0.06]	-0.16 (-0.126) [-0.21]	0.08 (0.121) [0.04]	10.81% (1.00%) [27.27%]
间接效应	-0.33 (-0.296) [-0.24]	0.05 (0.057) [0.05]	-0.43 (-0.415) [-0.34]	-0.23 (-0.194) [-0.15]	89.19% (99.00%) [72.73%]

注：（）内因变量为焦虑，[]内因变量为压力。

### 三、结论与建议

#### （一）专业认同与大学生心理健康显著相关，可以通过加强专业认同教育增强大学生心理健康水平

在当代社会中，大学生面临着各式各样的选择和挑战。他们不仅需要对自己的学术兴趣有一个明确的认识，还必须对专业领域有深刻的认同感。这种认同感是理解学习意义、投身专业学习并为未来职业生涯做好准备的基础。当大学生具备了这样的专业认同感，他们在面对专业课程时会表现出更高的热情和专注度。专业认同感不仅意味着对所学知识的深刻理解，也代表了对未来就业市场需求的认知。当学生们能够清楚地看到自己的职业道路时，他们就能制定更为明智的学业规划，这有助于减少迷茫与不确定性带来的抑郁情绪，进而提升他们的学习动力和生活质量。相反，如果学生们缺乏专业认同感，那么他们可能会感到迷失方向，从而产生消极的心理状态，如焦虑和抑郁<sup>[13]</sup>。

研究显示，大学生对专业的认同感受到多种因素的影响，但在性别、年级和专业类别这些传统上被认为影响显著的方面却没有显著差异。真正起作用的是那些能享受优越教育资源的学生，他们的专业认同程度往往高于那些学习条件一般或较差的学生。同样，专业成绩排名靠前的学生，相比排名靠后的学生，对专业的认同感也更为强烈。

因此，在教育管理实践中，提升学生的专业认同感成为一项至关重要的目标。教育者需要深入了解不同学生的实际情况，以便设计并执行针对性的专业认同培养策略。通过这些策略，可以有效地缓解学生在应对学业挑战时产生的负面情绪，帮助他们建立积极乐观的心态，促进其全面发展。

具体而言，学校和教师可以通过以下方式增强学生的专业认同感：首先，提供丰富多样的专业课程和实践活动，让学生有更多机会接触到专业知识的应用场景；其次，举办行业研讨会和工作坊，使学生有机会直接与行业专家交流，了解行业动态和职业要求；再次，鼓励学生参与科研项目或实习，将理论知识与实践经验相结合；最后，加强师生互动和朋辈支持系统，营造一个积极向上的校园文化氛围。

#### （二）班级归属感在专业认同与大学生心理健康间起完全中介作用。为提高大学生心理健康水平，高校要特别注重班级建设，增强大学生的班级归属感

在当代高等教育体系中，大学生的心理健康问题日益受到社会各界的广泛关注。特别是班级归属感，作为一种重要的心理因素，在专业认同和大学生心理健康之间扮演着不可或缺的中介角色。高校为了提升学生的心理健康水平，必须重视班级建设，不断增强班级成员之间的归属感。

对于大学生来说，对自己的专业有着明确的认同不仅能激励他们积极参与班级的专业学习与讨论，更能使他们在实践活动中表现得更加主动和投入。这种认同带来的归属感，让学生在专业时能够基于内心的热爱和兴趣做出决策，也使得他们更乐于与兴趣相仿的同学们交流合作，从而建立起深厚的友谊。一个充满归属感的集体环境，为学生提供了一个舒适、和谐的社交空间，有助于缓解学习压力，增强抗挫折能力。相反，如果学生遭遇到归属感的挫折，比如人际关系紧张或专业选择上的挫折，这些都可能导致其人际交往功能受损，进而增加抑郁等心理疾病的风险<sup>[14]</sup>。

当学生在校内感受到强烈而真挚的班级归属感时，他们会深刻意识到自己在这个小团体中的位置和价值。这种认同感可以转化为对学业的热情、对专业知识的渴望以及对未来职业生涯的积极规划。在这样一个具有凝聚力的班级环境中，学生们能够在相互分享和学习专业知识的同时，享受到学习本身带来的乐趣，并构建出一个情感上相互支持的社区。这样的环境氛围有助于深化学生对专业的理解和喜爱，提高他们的专业认同度。那些拥有强烈归属感的学生，通常不太容易陷入抑郁和焦虑的泥潭之中。

有研究表明，低年级的学生往往比高年级的学生更具班级归属感，这可能与他们经历的校园生活时间较短有关。此外，那些担任学生会干部职务的低年级和高年级学生，他们的班级归属感通常也明显高于那些没有担任此类职务的同学。这些发现提示我们，在推动班级建设时，应当将增强班级归属感作为一个重要目标。同时，针对不同年级和不同身份的学生，应制定针对性的班级建设和管理策略。通过细致的工作，高校可以营造一个既有利于学术成长又利于心理健康发展的校园文化<sup>[15]</sup>。

#### （三）借助中介作用机制，搭建数据监控平台，建立综合支持系统，全面提高大学生的心理健康水平

大学生作为国家未来的栋梁之才，其心理健康的重要性不言而喻。随着社会竞争压力的增大和个人心理问题的频发，我们有必要进一步深化对大学生心理健康影响因素的探究，尤其是专业认同和班级归属感这两大核心要素对心理健康的影响作用。通过系统的实证研究，我们可以更细致地揭示这些因素之间的链式中介作用，从而更加全面地理解它们如何共同塑造大学生的心理健康状态。

首先，心理韧性是指个体在面对逆境时展现出来的适应和恢复能力，它对于抵抗消极情绪、保持良好的心理状态至关重要。自我效能感则直接关联到个体对学生自身能力的评价，这种积极

的自我认知有助于增强自信心,减少不必要的焦虑和抑郁。同伴接纳不仅影响学生的社交网络,还能通过正面的同伴关系减轻孤独感,提升心理幸福感。家庭关怀作为家庭环境中重要的一环,也不容忽视,一个充满爱与支持的家庭环境能够为孩子提供强大的情感支撑,有助于孩子形成稳定的心理基础。探索这些中介变量如何发挥其作用及其具体影响路径,不仅能够丰富我们对大学生心理健康影响机制的认识,而且还能够指导我们设计出更为有效的引导策略和干预方案。这些策略应旨在帮助学生建立起更为稳固的专业认同和班级归属感,同时加强心理韧性、自我效能感、同伴接纳以及家庭的关怀,全方位提升大学生的心理健康水平。

此外,随着信息技术的快速发展,利用信息技术来构建心理

健康监测平台成为可能。这种平台能够定期对学生的专业认同、班级归属感以及心理健康状况进行全面测评,通过数据分析为学生提供针对性强的建议和干预措施。这种动态化、精准化的心理健康管理方式将大大提高心理健康管理的效率和效果,使学生能够及时了解自己的心理状况并得到相应的支持,从而促进他们的心理健康发展。

综上所述,大学生的专业认同和班级归属感是影响其心理健康的关键因素,两者之间存在着密切的相互联系与影响。因此,地方本科院校在实施教育教学管理策略时,应着重在这两个维度上下功夫,通过增强学生的专业自豪感和班级凝聚力,从而有效推动大学生心理健康的积极发展。

## 参考文献

- [1] 俞国良. 中国学生心理健康问题的检出率及其教育启示 [J]. 清华大学教育研究, 2022, 43(04):20-32.
- [2] 郭菲, 王薪舒, 陈祉妍. 2022年青少年心理健康状况调查报告 [M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2023:30-69.
- [3] 王新琦, 寻知元, 毛富强, 等. 大学生森田神经质性格与抑郁症状的关系: 负性情绪与空虚感的链式中介效应 [J]. 中国健康心理学杂志, 2023, 31(04):487-494.
- [4] 温丽影, 朱丽君, 刘传, 等. 安徽省某医学院校在校大学生专业认同和学校归属感与心理健康的关系 [J]. 沈阳医学院学报, 2023, 25(01):58-64.
- [5] 陈露, 林桂珍, 林洁彤, 等. 大学生专业认同与抑郁的相关性研究 [J]. 心理月刊, 2023, 18(12):75-77+86.
- [6] 马杜彬, 袁靖玥, 顾雯. 大学生班级归属感问卷编制及其影响因素分析 [C] // 中国心理学会. 第二十届全国心理学学术会议——心理学与国民心理健康摘要集. 南京师范大学, 2017:2.
- [7] 李海玲, 刘璐, 王岳飞, 等. 疫情期低年级大学生抑郁与班级归属感的关系: 一项交叉滞后研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 2023, 31(05):1209-1213.
- [8] 秦攀博. 大学生专业认同的特点及其相关研究 [D]. 西南大学, 2009.
- [9] Yan H C, Fai K S H. Mainland immigrant and Hong Kong local students' psychological sense of school membership [J]. Asia Pacific Education Review, 2003, 4(1):67-74.
- [10] 龚翔, 谢嘉璐, 徐蕊, 等. 抑郁-焦虑-压力量表筒体中文版 (DASS-21) 在中国大学生中的测试报告 [J]. 中国临床心理学杂志, 2010, 18(4):443-446.
- [11] 骆贵, 高斌, 黄代翠. 大学生公正世界信念对负性情绪的影响: 链式中介效应分析 [J]. 心理月刊, 2023, 18(09):63-65+68.
- [12] 罗晓, 胡春男. 大学生睡眠问题对手机社交媒体依赖的影响: 孤独感的中介作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(05):776-781.
- [13] 纪凌开, 刘华山, 李晨璐. 温水煮青蛙: 专业认同对大学生抑郁的影响机制 [J]. 心理与行为研究, 2020, 18(06):833-838.
- [14] 刘勇, 马东华, 杜雨来, 等. 囤积行为对大学生抑郁的影响: 社会排斥、归属受挫和累赘感知的多重序列中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2021, 29(05):1050-1054+1059.
- [15] 陈小莉. 高中生学校归属感与抑郁、焦虑的关系研究 [D]. 华中师范大学, 2019.