

新疆青少年适应的特征及影响因素研究

张玉红 杜晓新

内容提要：文章运用《青少年心理健康素质调查表》和《青少年心理健康素质调查表·适应分量表》，以新疆的2125名中小学生为被试，探讨新疆青少年适应的特征和影响因素。发现新疆青少年的适应状况总体上显著高于全国平均水平；新疆青少年适应的民族差异显著，汉族和哈萨克族青少年的适应得分显著高于维吾尔族青少年，新疆青少年心理健康素质的七个维度与适应及其各维度呈显著正相关，进入预测新疆青少年适应回归方程的影响因素有7个，能够解释适应状态73.2%的变异，进入预测新疆青少年适应各维度回归方程的影响因素分别为5~8个，能够解释16%~44%的变异。

关键词：新疆 青少年 适应 特征 影响因素

中图分类号：C913.5 **文献标识码：**A **文章编号：**1009—5330 (2015) 05—0124—06

作者简介：张玉红，华东师范大学学前教育与特殊教育学院、言语听觉科学教育部重点实验室博士生（上海 200062），新疆师范大学初等教育学院高级讲师（新疆乌鲁木齐 830017）；杜晓新，华东师范大学学前教育与特殊教育学院、言语听觉科学教育部重点实验室教授（上海 200062）。

一、问题的提出

青少年的适应问题是国外学者普遍关注的一个研究领域。近年来，国内学者对青少年的适应问题也越来越关注。如贾晓波、林崇德、陈建文、邹泓等分别对适应的概念、本质、结构和机制进行了研究，聂衍刚、韦小满、李冬梅、纪林芹、程玉洁、陈莉等学者分别编制、修订或采用国外问卷，对不同受教育阶段青少年群体的适应发展特点、影响因素及干预进行了研究。但从资料分析情况来看，目前国内研究者关于适应的概念还未取得一致意见，不同学者分别从不同的理论角度对适应的概念进行了界定，此外，关于适应行为的测量工具虽然较多，但大多关注的是适应不良行为，对适应良好行为的关注较少，主要适用对象还是非正常群体。沈德立^①、张大均^②等从积极心理学的角度，在心理健康、心理素质的基础上提出了心理健康素质的概念，并从心理健康素质的角度重新界定了适应的概念，厘定了青少年适应的结构，认为适应是个体对环境及身心变化引起的心理和行为反应状态，是心理健康素质的外在表现，是心理健康者的特征，同时编制了针对整个青少年时期心理适应性的标准化量表，为跨学段探讨正常群体青少年适应良好行为提供了有效的工具。朱昭红^③、丁桂凤^④、卢家楣^⑤等分别从该适应内涵及测量维度研究视角，对青少年群体的适应问题进行了研究，但这些成果主要是针对全国和东、中部地区，缺乏对西部地区和民族地区的专项研究。

① 沈德立、马惠霞：《论心理健康素质》，《心理与行为研究》2004年第4期。

② 张大均、冯正直：《青少年心理健康素质的概念和结构初探》，《心理与行为研究》2004年第4期。

③ 朱昭红、沈德立：《中国青少年心理健康素质·适应状况的研究》，《心理与行为研究》2007年第4期。

④ 丁桂凤、赵国祥：《中学生的适应特征及其影响因素》，《心理与行为研究》2008年第2期。

⑤ 卢家楣、陈宁、胡霞、丁志刚：《上海市青少年心理适应性研究》，《心理科学》2008年第6期。

鉴于此,本研究以汉族、维吾尔族和哈萨克族的青少年为研究对象,考察新疆青少年适应的整体状况和一般特点,探析适应的影响因素,以便为提升和加强新疆青少年心理健康教育的水平与针对性,完善新疆青少年的整体心理素质,培养积极适应社会的公民提供参考。

二、研究对象与方法

(一) 研究对象

采用分层取样的方法,将年级、民族和性别作为“层”,按照年级(小学五年级、初一、初二、初三、高一、高二和高三年级)比例为1:1:1:1:1:1:1,各年级汉、维吾尔和哈萨克三个民族的比例为1:1:1,男女比例为1:1,从每层中随机抽取新疆乌鲁木齐市、昌吉回族自治州、巴音郭楞蒙古自治州、克孜勒苏柯尔克孜自治州、喀什地区、塔城地区和伊犁哈萨克自治州七个地区的中小学生(被抽到的维吾尔族和哈萨克族学生均能够熟练阅读汉语言文字),进行整班施测,共发放调查问卷3 255份,收回调查问卷3 225份,调查问卷回收率为99%,剔除无效问卷(其他民族、答案具有一定规律性、正反题答案相同和缺失值过多者),收回的有效调查问卷共计2 125份。

(二) 研究方法

1. 适应量表

本研究采用张大均、江琦编制的《青少年心理健康素质调查表·适应分量表》。该量表包括22个条目,分为6个维度:生理适应、情绪适应、人际适应、学习适应、社会适应和生活适应。量表条目采用4点计分法评定,各条目均采用正向计分,其中“完全符合”为4分,“比较符合”为3分,“不太符合”为2分,“完全不符合”为1分。各维度的条目得分相加,取其平均数为维度分。将问卷的6个维度得分相加,求其平均数,为问卷总分。得分高,说明受测者能够适应环境和身心的变化,并引起有利于心理健康的心理和行为反应,得分低则反之。问卷的 α 系数为0.827,各分量表之间的相关系数在0.084~0.418之间,呈现中低程度相关。各分量表与总量表之间的相关在0.488~0.639之间,呈现出中等程度相关,说明本量表的结构效度良好。^①

2. 青少年心理健康素质调查表

本研究还采用教育部哲学社会科学重大课题“青少年心理健康素质调查研究”组编制的《青少年心理健康素质调查表》。该调查表为包括243个项目,分为8个分量表:适应、人际素质、个性素质、动力系统、自我、认知风格、归因风格和应对风格。其中,适应分量表为状态量表,其他为心理健康素质量表。各条目均采用“完全符合”“比较符合”“不太符合”和“完全不符合”4点计分法评定。每个分量表的总分除以该量表的项目数,所得的平均数即为该分量表的得分。各分量表的 α 系数在0.491~0.887之间,重测信度值都在0.558~0.884之间。本研究把适应分量表作为检验其他各分量表的一个效标,以全国总样本的调查结果作为计算数据库,考察了调查表的效标效度,结果各分量表的效标效度在0.192~0.813之间,说明《青少年心理健康素质调查表》的信度和效度符合心理测验的要求。^②

(三) 施测过程

施测前先进行施测培训,由接受过培训的主试主持实施。测试人员在所抽取的中小学进行集体施测,由测试人员统一宣读指导语,并对学生的疑问加以解释,确保学生完全理解要求和题

① 张大均、江琦:《〈青少年心理健康素质调查表〉适应分量表的编制》,《心理与行为研究》2006年第2期。

② 沈德立等:《中国青少年心理健康素质调查研究》,北京:经济科学出版社,2009年,第56~59页。

意。为了保证作答的真实性,采用无记名答卷方式,统一发放并当场回收问卷和答题纸。

(四) 统计学处理

采用 SPSS16.0 统计软件包对数据进行整理和统计分析。主要采用描述性统计、单一样本 t 检验、独立样本 t 检验、单因素方差分析、多重事后比较 (Post Hoc—LSD)、多元回归分析等统计方法进行分析。以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

三、研究结果

(一) 新疆青少年适应的总体特征

对新疆青少年适应及其各维度得分的情况进行描述性统计,并与全国青少年适应常模分数^①进行比较后发现:新疆青少年适应总分的平均值为 3.01,显著高于全国青少年适应总分的平均值 (2.97) ($p<0.001$)。具体来看,新疆青少年在人际适应、学习适应、社会适应和生活适应方面的得分显著高于全国平均水平,但其生理适应方面的得分显著低于全国平均水平,在情绪适应方面,新疆青少年与全国青少年并没有显著差异。在六个分维度上,新疆青少年在社会适应维度上的得分最高 ($M=3.07$),在生活适应维度上的得分最低 ($M=2.94$)。

(二) 新疆青少年适应的民族特征

经统计分析,发现新疆青少年适应总分的民族主效应显著 ($F(2, 2127) = 17.75, p<0.001$),汉族青少年显著高于维吾尔族青少年。除生活适应维度外,新疆青少年在适应各维度上的得分均具有显著的民族差异 ($p<0.01$)。具体而言,在生理适应维度上,汉族的得分高于哈萨克族,哈萨克族的得分又高于维吾尔族;在情绪适应维度上,汉族和哈萨克族的得分高于维吾尔族;在人际适应维度上,哈萨克族的得分高于汉族,汉族的得分又高于维吾尔族;在学习适应维度上,哈萨克族的得分高于汉族和维吾尔族;在社会适应维度上,哈萨克族的得分高于维吾尔族。

(三) 新疆青少年适应的性别特征

由表 1 的结果可以看出:在适应的整体得分上,新疆青少年不具有显著的性别差异,新疆男女青少年的得分不具有统计学意义。

表 1 新疆不同性别中小学生适应得分比较

分量表	男①	女②	t 值	P 值
适应	3.01±0.39	3.01±0.39	-0.035	0.972
生理适应	3.05±0.63	2.98±0.60	2.57	0.010
情绪适应	3.02±0.51	3.02±0.52	0.06	0.952
人际适应	2.98±0.56	3.04±0.53	-2.50	0.012
学习适应	2.99±0.59	3.00±0.59	-0.42	0.668
社会适应	3.07±0.57	3.06±0.58	0.52	0.603
生活适应	2.93±0.61	2.94±0.59	-0.28	0.779

注: * $P<0.05$, ** $P<0.01$

(四) 新疆中小学生适应的年级特征

经统计分析,发现新疆青少年适应总分的年级主效应显著 ($F(6, 2126) = 21.16, p<0.001$)。首先,新疆不同年级青少年在适应上的得分走势呈现出小五到初一年级陡然下降至谷底,初二到初三年级,适应得分一路回升,进入高一年级,适应得分又有所下降,整个高中阶段

① 朱昭红、沈德立:《中国青少年心理健康素质·适应状况的研究》,《心理与行为研究》2007 年第 4 期。

保持在一种平稳状态；其次，新疆青少年在适应各维度上的得分均具有显著的年级差异（ $p<0.01$ ），具体而言，新疆小学五年级学生在适应的总分和人际适应、学习适应、社会适应、生活适应四个维度上的得分均显著高于其他各年级学生；小学五年级和高中二年级学生在生理适应维度上的得分显著高于初中一年级学生；初中三年级学生在情绪适应维度上的得分显著高于初中一年级学生，在学习适应维度上的得分显著高于高中二三年级学生，在生活适应维度上的得分显著高于高中一二年级学生；高中三年级学生在社会适应维度上的得分显著高于初中一年级学生。

（五）新疆青少年适应及其维度的相关因素

将新疆青少年的适应及其各维度得分与心理健康素质各维度得分作相关性分析，结果表明，新疆青少年的适应及其各维度得分与人际素质、个性素质、自我、认知风格、归因风格、动力系统和应对风格得分均呈极显著的相关（ $p<0.001$ ）（见表2）。

表2 新疆中小学生适应及其各维度与心理健康素质各维度的相关矩阵

	人际素质	个性	自我	认知风格	归因风格	动力系统	应对风格
适应	0.741***	0.818***	0.703***	0.200***	0.521***	0.341***	0.577***
生理适应	0.321***	0.331***	0.252***	0.079***	0.312***	0.202***	0.185***
情绪适应	0.573***	0.625***	0.521***	0.131***	0.433***	0.248***	0.451***
人际适应	0.568***	0.575***	0.529***	0.133***	0.349***	0.251***	0.406***
学习适应	0.520***	0.633***	0.537***	0.216***	0.338***	0.253***	0.448***
社会适应	0.551***	0.589***	0.512***	0.112***	0.415***	0.244***	0.407***
生活适应	0.464***	0.542***	0.493***	0.138***	0.245***	0.167***	0.433***

为进一步探索影响适应的重要因素，本研究在相关分析的基础上，分别以适应及其各维度为因变量，将全体被试的人际素质、个性素质、自我、认知风格、归因风格、动力系统、应对风格、民族、性别和年级等诸变量经过多元逐步回归分析，最终进入回归方程式的显著变量共有7个，分别为：人际素质、个性素质、动力系统、自我、归因风格、应对风格和年级，可以联合解释适应状态73.2%的变异量，其中人际素质、个性素质、动力系统、自我、归因风格和应对风格对适应状态有正向预测作用，年级对适应状态有负向预测作用，标准化回归方程为：

适应 = $-0.565 + 0.415 \times \text{个性素质} + 0.217 \times \text{人际素质} + 0.125 \times \text{动力系统} + 0.138 \times \text{自我} + 0.088 \times \text{归因风格} - 0.051 \times \text{年级} + 0.068 \times \text{应对风格}$ （见表3）。

表3 以逐步回归分析预测适应及其各维度的结果

因变量	标准化回归系数 β										调整 R^2	F
	个性素质	人际素质	动力系统	自我	认知风格	归因风格	应对风格	年级	民族	性别		
适应	0.415***	0.217***	0.125***	0.138***		0.088***	0.068***	-0.051***			0.732	822.145***
生理适应	0.126***	0.138***	0.074***			0.155***		0.043*	-0.099***	-0.060**	0.160	58.842***
情绪适应	0.342***	0.195***	0.060**			0.118***	0.088***				0.430	320.047***
人际适应	0.194***	0.263***	0.124***	0.183***				-0.045**	0.064***	0.058***	0.398	200.780***
学习适应	0.383***	0.055*	0.109***	0.114**	0.060***		0.088***	-0.131***	0.057***		0.440	208.736***
社会适应	0.274***	0.196***	0.058**	0.116***		0.119***			0.035*		0.391	227.574***
生活适应	0.334***		0.091***	0.151***		-0.056*	0.138***	-0.059***			0.323	169.316***

四、讨论

（一）新疆青少年适应发展的总体水平

本研究发现，新疆青少年的适应得分显著高于全国常模，这说明总体上新疆青少年的适应状

况比较好,他们通常能够较好地应对环境及身心变化引起的冲突和矛盾。具体到六个维度上,新疆青少年的人际适应、学习适应、社会适应和生活适应水平都显著高于全国平均水平,但其生理适应水平却显著低于全国平均水平。从自身在六个维度的得分情况来看,新疆青少年在社会适应方面的优势比较明显,在生活适应方面则处于劣势。

新疆青少年在适应及各维度上的发展状况可能与新疆独特的社会文化生态环境以及地理环境有关。新疆地处祖国西北边陲,地域辽阔,交通不够发达,现代化水平比较低,这对个体的冲击力以及个体所面临的竞争压力无疑都比东部地区低;此外,新疆是一个多元文化并存的地区,多元文化可能会通过要求与期望对个体的适应行为产生影响,因为适应行为与个体所在家庭和社会的期望密切相关,而期望又往往随文化而异。^①新疆的多元文化要求个体能够有效适应社会上交织共生的不同价值观念和生活方式,并与来自不同文化背景的青少年和谐相处,这些因素可能都会促进新疆青少年的社会适应、人际适应和生活适应。但与此同时,新疆的维吾尔族和哈萨克族青少年因自幼生活在以伊斯兰教为主导的文化氛围中,传统伊斯兰文化忌讳在公共场所谈论涉及性的问题,这可能影响生理教育和青春期性教育在这些少数民族青少年群体中的开展效果,^②进而影响其生理适应的状况。此外,虽然新疆青少年的生活适应高于全国平均水平,但和其自身在各维度方面的能力相比仍处于劣势,这可能与当前的学校、家庭和社会都过于强调考试分数而不注重培养学生的日常生活自我管理能力的有关,也可能与独生子女日益增多、父母过分关爱使得青少年的生活管理能力得不到发展有关。

(二) 新疆青少年适应发展的特征

从适应的民族特征分析来看,总体上,新疆汉族和哈萨克族青少年的适应得分显著高于维吾尔族青少年,这说明汉族和哈萨克族青少年对内外环境变化的适应比较好,这与有关新疆不同民族心理健康情况调查的结果相吻合。^③在生理适应和情绪适应方面,新疆汉族青少年具有优势,但在人际适应、学习适应和社会适应方面,新疆哈萨克族青少年更具有优势。这种差异的形成可能与之前提到的宗教传统文化习俗有关,也可能与民族个性有关。

从适应的性别特征分析来看,整体上,新疆青少年的适应得分性别差异不显著。但在生理适应方面,男生的得分显著高于女生,在人际适应方面,男生的得分则显著低于女生。这表明男生比女生更容易适应自身的生理变化,女生则比男生更容易适应人际关系的变化。这种差异可能与男生和女生身体发育和心理发展的速度不同有关,女生相对于男生而言较早地感受到生理的变化;也可能与社会对男女两性的角色期待不同有关,女性被认为要富同情心和敏感性,对人要温柔体贴,男性则可以行为粗犷豪爽,敢于竞争,^④女性气质和男性气质的差异可能会影响个体人际适应的状况。

从适应的年级特征分析及适应发展的趋势来看,新疆小学五年级学生的适应总体水平最高;在个体升入初一或高一时,适应得分总会下跌至一个低点,但相比而言,升入初一的跌幅要远远

① 李冬梅、雷雳、邹泓:《青少年社会适应行为的特征及影响因素》。

② 马尔当、余小鸣、叶广俊:《维汉两族高中生健康知识行为状况比较》,《中国健康教育》1997年第3期。

③ 彭向君、张由月、张明春:《维、汉初中生心理健康现状的比较研究》,《中国健康心理学杂志》2008年第7期。

④ 边玉芳等:《社会期望决定性别角色——儿童性别角色影响因素的研究实验》,《中小学心理健康教育》2012年第14期。

大于升入高一，在初一年级，新疆青少年的适应总体水平下探至谷底；在整个初中阶段，新疆青少年的适应水平呈先降后升的趋势，在初三年级达到第二个高点；在整个高中阶段，新疆青少年的适应水平并没有随着时间的流逝不断回升，而是保持在一个比较低的平稳状态。

（三）新疆青少年适应的相关因素分析

本研究相关分析的结果表明，总体来看，新疆青少年的适应及其各维度与心理健康素质的七个维度成正相关，而且相关都极其显著。

分别以适应及其各维度为因变量，以心理健康素质的七个维度和民族、性别、年级为自变量的回归分析结果显示，新疆青少年适应的主要预测因素有七个，分别为：个性素质、人际素质、动力系统、自我、归因风格、年级和应对风格，能够解释适应状态 73.2% 的变异。新疆青少年适应各维度的主要预测因素分别为 5~8 个，能够解释 16%~44% 的变异。从预测变量的预测稳定性来看，个性素质和动力系统对适应的预测作用具有跨维度的稳定性；人际素质除对生活适应没有预测作用外，对适应各维度均具有预测作用；自我主要对人际适应、学习适应、社会适应和生活适应起预测作用；归因风格主要对生理适应、情绪适应、社会适应和生活适应起预测作用；应对风格主要对情绪适应、学习适应和生活适应起预测作用；年级主要对生理适应、人际适应和学习适应起预测作用；民族主要对生理适应、人际适应、学习适应和社会适应起预测作用；性别主要对生理适应和人际适应起预测作用；认知风格则只对学习适应起预测作用。可见，心理健康素质的七个维度和民族、性别、年级都在某个方面影响着个体的适应，由此提醒我们今后对新疆青少年的适应能力进行培养时，需要有针对性地注意这些特征和影响因素。

五、结论

1. 新疆青少年的适应状况比较好，总体上高于全国平均水平；
2. 新疆青少年适应的民族差异显著，汉族和哈萨克族青少年的适应得分显著高于维吾尔族青少年；
3. 新疆青少年适应的性别差异不显著，但在具体维度上，男生的生理适应显著高于女生，而在人际适应维度上则相反；
4. 新疆青少年的适应年级差异显著，小学五年级学生的适应得分最高，在升入初一或高一时，适应得分总会下跌至一个低点，但相比而言，升入初一的跌幅要远大于升入高一，初中阶段，适应得分呈先降后升，高中阶段，适应得分保持在一个比较低的平稳状态；
5. 心理健康素质的七个维度与适应及其各维度呈显著正相关；
6. 进入预测新疆青少年适应回归方程的影响因素有七个，能够解释适应状态 73.2% 的变异。进入预测新疆青少年适应各维度回归方程的影响因素分别为 5~8 个，能够解释 16%~44% 的变异。

责任编辑：耿旭光