

师范生职业决策困难的影响因素及教育对策研究

翟友华 王雪桃

(盐城师范学院教育科学学院, 江苏 盐城 224002)

摘要：为了解师范生职业决策困难情况，探明父母教养方式及自我效能感对职业决策困难的影响，对 348 名师范生进行问卷调查。结果发现，师范生的职业决策困难程度处于较低水平，父母教养方式与自我效能感可以显著预测其职业决策困难程度，自我效能感在师范生父母教养方式和职业决策困难中起完全中介作用。为进一步改善师范生职业决策困难情况，可以开展多元化的职业指导，提供更多实习和实践机会，建立职业信息平台，鼓励多元思维与探索，进行心理健康支持。

关键词：职业决策困难；父母教养方式；自我效能感；师范生

1 研究背景

职业决策困难是个体在进行职业选择的最终决策时感到困难^[1]。近年来，随着社会竞争加剧和教育行业变革，师范生职业决策困难问题逐渐凸显。师范生作为未来教育事业的中坚力量，其职业决策能力不仅关乎个人职业发展，更直接影响教育质量和教师队伍稳定性。研究表明，父母教养方式通过塑造个体的价值观和自信心，可能间接影响其职业选择行为^{[2][3]}；同时，自我效能感作为个体对自身能力的信念，被认为是职业决策过程中的关键调节因素^{[4][5]}。

本研究旨在探究父母教养方式与自我效能感对职业决策困难的影响机制。研究结果不仅可为师范生职业发展提供理论依据，亦可为教育部门优化职业指导策略、提升教师培养质量提供实践参考。

2 研究对象及方法

2.1 研究对象

采用方便抽样，选取师范专业的在校大学生进行问卷调查，此次问卷调查回收问卷 398 份，其中有效问卷 348 份（87.4%）。研究对象中女生 261 人（75.0%），男生 87 人（25.0%）；生源地城镇 185 人（53.6%），农村 163 人（46.8%）；独生情况独生 115 人（33.0%），非独生 233 人（67.0%）。

2.2 研究工具

2.2 研究工具

2.2.1 简式父母教养方式问卷

采用 Perris 等人编制、蒋奖等人修订的简式父母教养方式问卷（s-EMBU）^[6]，该量表包含情感温暖、情感拒绝、过度保护三个维度，得分越高，表示父母亲使用该种教养方式的程度越高。本研究中该量表的内部一致性系数为 0.902。

2.2.2 职业决策困难量表

采用 Gati 编制、龙立荣等人修订的职业决策困难量表（CDDQ）^[7]，该量表包含职业信息探索、职业自我探索、职业规划探索、职业目标探索四个维度，分数越高职业决策困难程度越低。本研究中该量表的内部一致性系数为 0.854。

2.2.3 一般自我效能感量表

采用 Schwarzer 编制、王才康等人译订的一般自我效能感量表（简称 GSES）^[8]，该量表得分越高表示自我效能感越强。本研究中该量表的内部一致性系数为 0.873。

2.3 数据处理

使用 SPSS26.0 对数据进行描述统计与检验分析，用 PROCESS3.5 进行中介效应检验。

2.4 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素检验法对样本进行共同方法偏差检验。结果显示，第一个因子的解释率为 17.13%，远低于 40% 的临界标准，说明本研究数据不存在严重的共同方法偏差现象。

3 研究结果

3.1 师范生职业决策困难的现状

描述性统计显示，职业决策困难总分项目均分为 3.62，高于理论中值 2.5，师范生职业决策困难总体处于较低水平。

3.2 各变量的相关分析

对各变量量表总分进行相关分析发现，师范生父母教养方式与职业决策困难（ $r=.161, p<0.01$ ）、父母教养方式与自我效能感（ $r=.220, p<0.01$ ）、自我效能感与职业决策困难（ $r=.373, p<0.01$ ）间均存在显著相关。其中，父亲情感温暖与职业信息探索呈正相关（ $r=0.128, p<0.05$ ），与职业自我探索呈正相关（ $r=0.132, p<0.05$ ），与职业规划探索呈显著正相关（ $r=0.226, p<0.01$ ），与职业目标探索呈显著正相关（ $r=0.213, p<0.01$ ）；母亲情感温暖与职业信息探索呈显著正相关（ $r=0.214, p<0.01$ ），与职业自我探索呈显著正相关（ $r=0.207, p<0.01$ ），与职业规划探索得分呈显著正相关（ $r=0.247, p<0.01$ ），与职业目标探索呈显著正相关（ $r=0.197, p<0.01$ ）。

3.3 中介效应检验

通过对师范生职业决策困难和父母教养方式的回归分析发现，父母教养方式显著影响职业决策困难（ $\beta =0.17, P<0.01$ ）。检验父母教养方式与自我效能感之间的回归系数 a 显著（ $\beta =0.25, P<0.001$ ），接着检验父母教养方式、自我效能感与职业决策困难间的回归系数 b 显著（ $\beta =0.35, P<0.001$ ），同时可以得到父母教养方式对职业决策困难的标准回归系数 c' 不显著，符合中介效应的结果模型，父母教养方式预测师范生职业决策困难的作用完全受自我效能感的影响。由表 2 可知，自我效能感的中介效应大小为 0.115，效应占比为 47.9%，存在完全中介作用。

表 1 父母教养方式与职业决策困难的回归分析

	因变量	自变量	F	β	R2	t
1	职业决策困难	父母教养方式	9.94	0.17	0.03	3.15**
2	自我效能感	父母教养方式	23.33	0.25	0.06	4.83***
3	职业决策困难	父母教养方式	29.18	0.08	0.14	1.52
		自我效能感		0.35		6.86***

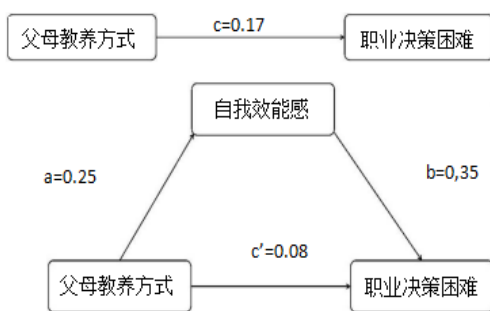


图1 父母教养方式与职业决策困难的中介模型

表2 中介效应 Bootstrap 分析

	Effect	BootstrapLLCI	BootstrapULCI	效应占比
直接效应	0.125	-0.024	0.273	52.1%
间接效应	0.115	0.038	0.207	47.9%
总效应	0.240	0.086	0.395	

4 分析与讨论

4.1 师范生职业决策困难现状

本研究中,师范生的职业决策困难处于较低水平,这和前人的研究结果不一致^[9]。这可能是由于随着社会产业结构和人才需求的变化,高校开始注重对学生职业生涯规划观念和意识的培养,很多高校从大一就开始职业规划,让学生有清晰的自我认知,能结合自身实际情况选择岗位,在职业决策中更显从容。且师范生往往是自主选择专业,他们的有较高的专业认同度和较为清晰的职业选择目标,因此,他们的职业决策也更为容易^[10]。

4.2 师范生职业决策困难、父母教养方式和自我效能感的关系

父母亲情感温暖维度与自我效能感以及师范生职业决策困难各维度得分均存在显著正相关,这与以往的研究结果一致^[11]。父母亲如果用包容、信任和鼓励的积极教养方式对孩子进行教育与引导,能够增强其自信心,提高其自我效能感。且积极教养方式也可使孩子以更加积极的态度对职业进行选择,在职业选择的过程中更加从容^[12]。

职业决策困难得分与自我效能感存在显著正相关,自我效能感较高的师范生职业决策困难程度相对较低。高水平的自我效能感通常意味着更明确的职业目标、职业自主和职业参照,这使得职业决策更容易^{[13][14]}。

4.3 自我效能感的中介作用

控制自我效能感后,父母教养方式对职业决策困难有显著影响,而当自我效能感作为中介变量引入时,教养方式对职业决策困难的影响不再显著。这说明教养方式是通过影响自我效能感来影响职业决策困难的。父母亲以温暖和支持的积极教养方式来抚养孩子,有助于与孩子形成安全的亲子依恋关系,也能帮助孩子发展出更高的自我效能感^[15]。而这样的孩子内心更具有力量,更能够以积极和果决心态解决问题、做出判断,相应的较少受到职业决策困难的困扰^[16]。

5 建议与对策

5.1 开展多元化的职业指导

学校应将职业规划教育纳入课程体系中,定期邀请行业专家

进行讲座,分享行业动态和职业发展路径。也可通过职业测评工具帮助学生更准确地了解自己的职业兴趣和潜在优势。同时,可以邀请成功的校友回校分享职业发展经验和心得,以学生能够触到实际的职业生涯轨迹和成长路径。通过多元化的辅导方式,学生可以在多个层面获得职业决策的支持和指导。

5.2 提供实习和实践机会

学校应与企业、学校等建立长期合作关系,为学生提供丰富的实习和实践机会。鼓励学生利用假期或课余时间参与实习,并在实习前为学生提供必要的培训和指导。社会实践和志愿活动也是重要的补充,通过这些活动,学生可以接触到不同类型的工作环境和职业角色,拓宽视野,丰富职业选择的可能性。

5.3 建立职业信息平台

学校可以创建一个综合性的职业信息平台,整合各行业的就业数据、企业招聘信息、职业发展视频等内容。学生可以通过平台了解不同职位的具体职责、薪资水平、未来发展趋势等信息,还可以通过视频或在线课程深入了解特定职业的实际工作状态。此外,平台可以定期发布就业市场分析报告和行业前景预测,帮助学生及时调整职业规划和选择。

5.4 鼓励多元思维与探索

学校应鼓励学生具备开放的思维模式,不要局限于自己的专业领域,积极探索其他可能的职业方向。可以通过跨学科项目、学术交流活动、创新竞赛等方式,打破学科壁垒,让学生接触到不同的知识领域和职业机会。职业博览会是一个很好的展示平台,学校可以定期举办此类活动,邀请各大企业和机构参展,向学生展示多元化的职业选择和发展路径。

5.5 进行心理健康支持

职业决策过程中的不确定性往往会带来较大的心理压力,学校应设置专门的心理咨询服务,为学生提供心理支持和辅导。学校还可以提供职业决策相关的心理健康讲座和团体辅导,帮助学生学习有效的压力管理技巧和决策方法。

参考文献:

- [1] 张书皓,杨语煊,吕少博,等.自我意识对职业决策困难的影响:生涯适应力与职业决策自我效能感的链式中介作用[J].中国健康心理学杂志,2022,30(08):1223-1227.
- [2] 李倩,胡冬梅,黄碧娟,等.家庭教养方式与大学生职业决策困难的联系:有调节的中介[J].青少年学刊,2021,(02):37-43.
- [3] 范文洁,张婕.大学生就业焦虑与职业决策困难、自我效能感的关系探究[J].科教文汇,2024,(05):177-180.
- [4] 杨强,游津津,叶宝娟,等.亲子依恋对大学生职业决策困难的影响:有调节的中介效应[J].中国临床心理学杂志,2020,28(05):1047-1049+1053.
- [5] 周春艳,郝梦婷,靳少举.西部高校特教师范生专业认同与职业决策困难的关系研究[J].贵州工程应用技术学院学报,2022,40(02):95-102.
- [6] 张洁,陈敏艳.应用型院校大学生可就业能力影响因素及其关系研究[J].通化师范学院学报,2020,41(02):105-110.
- [7] 章莉娟.职业决策、自我效能与职业成熟度的相关性研究[J].红河学院学报,2021,19(03):86-88+94.