

· 护理教育 ·

## 护理本科生元情绪与学习适应性的相关性研究<sup>\*</sup>

叶艳胜<sup>1</sup>, 王万国<sup>2</sup>, 张志霞<sup>1</sup>, 鲍翠玉<sup>1</sup>

(1湖北科技学院护理学院, 湖北咸宁, 437100; 2武汉市东西湖区人民医院,  
湖北武汉, 430040)

**[摘要]** 目的 探讨护理本科生元情绪和学习适应性的关系, 为促进学生的学业成就提供科学依据。方法 运用特质性元情绪量表和大学生学习适应量表对 225 名护理本科生进行测评。结果 护理本科生元情绪均分为  $(3.42 \pm 0.53)$  分; 学习适应性均分为  $(3.60 \pm 0.52)$  分; 元情绪与学习适应性呈正相关, 元情绪 3 维度能预测学习适应性 12.7% 的变异量。结论 护理本科生元情绪处于中等水平, 学习适应性处于较好水平。护理管理者或是教育者应指导学生对情绪进行调节和管理, 以消除对学生学习适应不利的因素, 以提高学生学习的适应性。

**[关键词]** 护理本科生; 元情绪; 学习适应性

**[中图分类号]** R47 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2013)01-0062-04 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2013.01.019

### Relationship between meta-mood and learning adaptability of undergraduate nursing students

Ye Yansheng, Wang Wangguo, Zhang Zhixia, Bao Cuiyu // Modern Clinical Nursing, -2013, 12(1):62

**[Abstract]** **Objective** To explore the relationship between meta-mood and learning adaptability of undergraduate nursing students in order to promote the students' academic achievement. **Method** 225 nursing students participated in the survey using the trait Meta-Mood Scale and the college students' learning adaptability scale. **Results** The average total scores on meta-mood and learning adaptability were  $(3.42 \pm 0.53)$  and  $(3.60 \pm 0.52)$ , respectively. They were positively correlated and the 3 dimensions of meta-mood predicted the variance of learning adaptability by 12.7%. **Conclusions** The meta-mood of undergraduate nursing students is at moderate level, and learning adaptability is at a better level. The nursing administrations or educators should guide students to manage their moods so as to improve the students' learning adaptability.

**[Key words]** undergraduate nursing students; meta-mood; learning adaptability

情绪(emotion)是人们在日常生活中经常碰到并且体验的一种心理活动。元情绪是个体对自我情绪的感知、描述、评价、分析以及调节和控制的能力<sup>[1]</sup>。大学生大部分已经进入成人阶段,在个性化和自我认同的逐步探索中,其情绪变得更加自主。部分大学生对元情绪的调控存在一些问题而导致心理健康受到影响<sup>[2]</sup>。学生的主要任务是学习,学业成就的好坏与学习适应性有很大的关联<sup>[3-4]</sup>。而学习适应性与心理健康呈正相关关系<sup>[5]</sup>。为了解护理本科生元情绪和学习适应性现状,探讨元

情绪和学习适应性之间的关系,为促进学生的学业成就提供科学依据。笔者自 2012 年 4~5 月对 225 名护理本科生进行了调查,现将结果报道如下。

### 1 对象与方法

#### 1.1 研究对象

采用便利抽样方法,选取 2012 年湖北省某 3 所护理学专业院校本科生。纳入标准:①参加过普通高考并被护理专业录取的学生;②四年制本科护理院校;③对本项研究知情同意;④连续在校正常学习 2 个月不间断者。排除标准:①“专升本”的学生;②调查中不愿意参加者;③实习的学生。根据 Kendall<sup>[6]</sup>的样本量估计方法,确定样本量为 240 名。

#### 1.2 调查工具

1.2.1 特质性元情绪量表 该量表由 Salovey 等编

**[基金项目]** \* 本课题为湖北科技学院校级课题,项目编号为 KY10057。

**[收稿日期]** 2012-10-24

**[作者简介]** 叶艳胜(1981-),男,湖北咸宁人,助教,硕士,主要从事临床护理教育工作。

**[通讯作者]** 鲍翠玉,硕士生导师,博士,E-mail:yeyansheng@yahoo.com.cn。

制,后由齐艳<sup>[7]</sup>等经过修订而成。由情绪注意、情绪辨别和情绪恢复等3个维度26个子条目构成。根据被试者对自己的评价,从“非常不同意”~“非常同意”分别计分为1~5分,总分为各维度得分之和,总分越高,表明被试者对自己的情绪调控的越好。修订后的量表用于探讨个体在维持正情绪,修补负情绪方面的个体差异。该量表内部一致性系数为0.796~0.831,本次量表重测信度为0.846。

**1.2.2 大学生学习适应量表** 该量表由冯廷勇<sup>[8]</sup>等编制,由教学模式、学习动机、学习态度、学习能力和环境因素等5个维度29个子项目构成。根据被试者的具体情况对自己进行评价,从“完全不符合”~“完全符合”分别计分为1~5分,总分为各维度得分之和,总分越高,表明被试者的表示学习适应性越好。大学生学习适应量表中有18项为反向计分,在统计分析前先将反向计分进行转换。该量表效度为0.851,本次量表重测信度为0.837。

### 1.3 调查方法

由研究者和培训后的教师负责收集资料,统一指导语,向学生说明研究目的、填写问卷的方法和研究意义。调查时间为学生开学后的第2个月末。发放问卷240份,回收问卷237份,回收问卷中剔除无效问卷12份,剩余有效问卷225份,问卷回收有效率为93.75%。

### 1.4 统计学方法

所有资料均应用Excel进行录入,采用SPSS 14.0统计软件进行统计学分析。学生一般资料、特质性元情绪量表和大学生学习适应量表得分采用统计描述方法,护理本科生元情绪与学习适应性的相关性采用多元回归分析方法。

## 2 结果

### 2.1 护理本科生一般资料

共调查护理本科生225名,其中1年级73名,2年级78名,3年级74名。男7名,女218名,年龄18~22岁,平均 $(20.87 \pm 1.21)$ 岁。

### 2.2 护理本科生特质性元情绪量表得分情况

护理本科生特质性元情绪量表得分情况见表1。从表1可见,护理本科生元情绪处于中等水平,护理本科生元情绪均分为 $(3.42 \pm 0.53)$ 分。

表1 护理本科生特质性元情绪量表得分情况

( $n = 225$ ; 分,  $\bar{x} \pm s$ )

维度	均分	得分
情绪注意	$3.48 \pm 0.59$	$34.76 \pm 5.23$
情绪辨别	$3.46 \pm 0.57$	$31.10 \pm 4.98$
情绪恢复	$3.33 \pm 0.49$	$23.31 \pm 4.78$
总分	$3.42 \pm 0.53$	$89.17 \pm 9.36$

### 2.3 护理本科生学习适应量表得分情况

护理本科生学习适应量表得分情况见表2。从表2可见,护理本科生学习适应处于较好水平,学习适应均分为 $(3.60 \pm 0.52)$ 分。

表2 护理本科生学习适应量表得分情况

( $n = 225$ ; 分,  $\bar{x} \pm s$ )

维度	均分	得分
教学模式	$3.60 \pm 0.52$	$25.19 \pm 3.98$
学习动机	$3.10 \pm 0.47$	$24.78 \pm 4.01$
学习态度	$4.13 \pm 0.58$	$16.51 \pm 3.67$
学习能力	$3.94 \pm 0.49$	$23.64 \pm 3.79$
环境因素	$3.56 \pm 0.53$	$14.23 \pm 3.58$
总分	$3.60 \pm 0.52$	$104.35 \pm 9.23$

### 2.4 护理本科生元情绪与学习适应性的相关性分析

护理本科生元情绪与学习适应性的相关性分析见表3。从表3可见,元情绪3个维度及总分与学习适应性5个维度及总分呈正相关( $P < 0.01$ ,  $P < 0.05$ )。

表3 护理本科生元情绪与学习适应性的相关性分析 ( $r$ )

变量	教学模式	学习动机	学习态度	学习能力	环境因素	学习适应性
情绪注意	0.339**	0.319**	0.356**	0.322**	0.354**	0.323**
情绪辨别	0.316**	0.316**	0.324**	0.306**	0.365**	0.318**
情绪恢复	0.278*	0.305**	0.331**	0.298*	0.321**	0.289*
元情绪	0.307**	0.312**	0.327**	0.305**	0.341**	0.309**

注:\*\*为 $P < 0.01$ , \*为 $P < 0.05$

表4 护理本科生元情绪对学习适应性多元回归分析

变量	<i>R</i>	<i>R</i> <sub>2</sub>	$\beta$	<i>SE</i>	Beta	<i>t</i>	<i>P</i>
常数项			9.13	1.421		4.783	0.001
情绪注意	0.378	0.143	4.21	0.527	0.231	3.461	0.005
情绪辨别	0.334	0.112	3.31	0.514	0.225	3.377	0.006
情绪恢复	0.356	0.127	2.27	0.407	0.201	3.166	0.008

## 2.5 护理本科生元情绪对学习适应性的预测

护理本科生元情绪对学习适应性的预测结果见表4。从表4可见,元情绪3个维度均进入回归方程,3个维度对学习适应性的回归方程为 $Y = 9.13 + 4.21X_1 + 3.31X_2 + 2.27X_3$ ,多元相关系数为0.356,联合解释变异量为0.127,即3维度能联合预测学习适应性12.7%的变异量。

## 3 讨论

### 3.1 护理本科生元情绪特点

元情绪是个体对自身的情绪、情感的感知、表达、反思和调控的行为。它是每个正常人都能拥有的能力,是对自身情绪、情感有全面的洞悉,是实施及时调控的先决条件。杨宏飞<sup>[9]</sup>认为,依据平均分和标准差可以将人群分为3种类型,元情绪评分 $\leq 2.47$ (平均分减一个标准差)为低等水平,元情绪评分 $\geq 3.53$ (平均分加一个标准差)为高水平,其余为中等水平。本调查结果显示,本研究中护理本科生元情绪均分为 $(3.42 \pm 0.53)$ 分,结果说明,护理本科生元情绪程度为中等水平。这与张美<sup>[10]</sup>对大学生的调查结果一致。护理本科生对自身情绪和情感的体验有着较高的感知能力,能分清不同的情绪感受,清楚情绪感受的积极或消极意义,感知情绪、情感的发展方向。考试不及格,学生能感受到羞愧,知道失败给自己带来挫败感;爱情不顺或是失败能使学生产生萎靡感;在班级或是社团中竞选未能如愿能使学生产生失落感。有部分学生因为对自我情绪、情感的不愿表达或评价不当,出现诸如不安、紧张、焦虑等负性情绪<sup>[11]</sup>。因此,护理管理者或是护理教育者对学生的不良情绪要进行适当的引导,使其保持心理健康。

### 3.2 护理本科生学习适应性特点

学习适应是护理本科生依据学习内容、学习需要和大学的学习特点调整自身学习的方法,与校园学习环境保持动态平衡的过程。学习是否适

应与学生的学业成就有着很大的关联<sup>[3-4]</sup>,对学生的发展产生重要影响。本调查结果显示,护理本科生学习适应性均分为 $(3.60 \pm 0.52)$ 分,说明护理本科生学习适应性处于较好水平。对新生而言,在开学前他们就通过网络了解学校所在地的气候、饮食特点和大学的教学特点,在心理上有所适应;入学后,大学举行的新老生学习交流、如何利用图书馆、老乡学习生活交流会等活动和班主任、辅导员的积极引导都有利于学生尽快适应大学的学习生活。非新生已经熟悉了大学老师的教学特点和风格,对于学习中有疑问的地方能够借助网络、图书馆和咨询老师等方式解决。由于学生自主意识的日益上升,他们能够寻求一些帮助,例如书籍、学校心理咨询中心等来解决自己学习中遇到的问题和适应大学老师教学特点。

### 3.3 护理本科生元情绪与学习适应性的相关性分析

梁洪坤<sup>[5]</sup>研究认为,学生的心理健康与学习适应性呈正相关,而元情绪隶属于心理健康范畴。本研究结果也证实,护理本科生元情绪与学习适应性呈正相关,而且元情绪3个维度能有效预测学生的学习适应性。由于元情绪具有自我调节和控制的能力,在学生身上表现出一种自动反应的能力。学生对事物通过自身的感知和对自我效能感的判断形成积极或是消极的心理状态,产生程度不等的控制感和胜任信念。情绪、情感的自我调节是学习适应的基础,学生在情绪调控中对情绪状态的感知和反思对处理情绪问题非常关键。Ciarro<sup>[12]</sup>通过研究得出,情绪控制能力较差的个体在困难环境下较少主动寻求帮助,甚至拒绝外界的帮助从而导致自我效能感下降。可以看出,情绪的感知、反思和调节对学生的学习适应有重要的作用。在学习、生活中,学生在遭遇情绪、情感困扰时,灵活有效的情绪调节会缓解消极情绪、情感对学生的困扰,从而保持学习的顺利进行。学生处于一定的压力或应激事件中,可能会出现剧

烈的情绪体验和情绪反应,护理管理者或是教育者应该积极帮助学生很好地对情绪进行调节和管理,调控不良情绪以消除对学生学习适应不利的因素,同时维持积极情绪以促进学生对学习进一步适应。

#### 4 结论

本结果显示,护理本科生元情绪处于中等水平,学习适应处于较好水平;元情绪与学习适应性呈正相关,元情绪3个维度能有效地预测护理本科生学习适应性水平。护理管理者或是教育者应指导学生对情绪进行调节和管理,以消除对学生学习适应不利的因素,以提高学生学习的适应性。

#### 参考文献:

- [1] 杨昭宁,付大坤,谭旭运.大学生成人依恋、元情绪与成就动机的关系[J].中国特殊教育,2011,11(10):74-78.
- [2] 朱艳新.大学生情绪调节策略的结构、特点及有效性研究[D].辽宁师范大学,2009年.
- [3] Pajarks F. Self-efficacy beliefs in academic settings[J]. Rev of Edu Res, 1996, 66(4): 543-578.
- [4] Cole DA, Maxwell SE, Martin JM. Reflected self-appraisals: Strength and structure of the relation of teacher, peer, and parent ratings to children's self-perceived competencies[J]. J Edu Psychol, 1997, 89(1): 55-70.
- [5] 梁洪坤,高萍.大学新生学习适应性与心理健康的关系[J].当代教育论坛,2011,15(7):15-16.
- [6] 王家良.临床流行病学[M].3版.上海:科学技术出版社,2009:206.
- [7] 齐艳,李川云,李爱军.元情绪量表(TMMS)在1000名新兵中的修订和初步应用[J].健康心理学杂志,2003,11(3):164-167.
- [8] 冯廷勇,苏缙,胡兴旺,等.大学生学习适应量表的编制[J].心理学报,2006,38(5):762-769.
- [9] 杨宏飞,张小燕.大学生的完美主义与心理健康的关系[J].中国心理卫生杂志,2004,18(9):647-648.
- [10] 张美.大学生自我接纳、元情绪与负性自动思维的关系研究[D].曲阜师范大学,2011年.
- [11] 李璇,侯志瑾,黄敏儿.社交焦虑大学生元情绪评价、情绪调节方式的探索及指导[J].中国临床心理学杂志,2011,19(2):231-233.
- [12] Ciarro CJ, Deane FP, Wilson C J. Adolescents who need help the most are the least likely to seek it: the relationship between low emotional competence and low intention to seek help[J]. British Journal of Guidance & Counselling, 2002, 30(2): 88-173.

[本文编辑:郑志惠]

欢迎订阅《现代临床护理》杂志!