

我国大学生社会焦虑问题研究述评

王建玲

(上海外国语大学贤达经济人文学院 教育学院, 上海 200083)

摘要: 大学生社会焦虑问题是思想政治教育领域研究的题中应有之义。目前, 虽然学术界对大学生社会焦虑问题的研究非常有限, 但业已推出了不少相关的研究成果。在对当前国内大学生社会焦虑的相关研究概况进行系统梳理的基础上, 从理论基础、测量工具、研究内容、研究方法和视角等方面提出了我国大学生社会焦虑研究的未来展望, 以推动大学生社会焦虑问题研究的进一步发展。

关键词: 大学生; 焦虑; 社会焦虑

中图分类号: G 641 **文献标志码:** A **文章编号:** 1009 - 895X(2017)02 - 0192 - 05

DOI: 10.13256/j.cnki.jusst.sse.2017.02.017

A Review on Social Anxiety Among Chinese College Students

Wang Jianling

(School of Education, Xianda College of Economics and Humanities Shanghai International Studies University, Shanghai 200083, China)

Abstract: University students' social anxiety is one of the major concerns in the ideological and political education. At present, though only a small-scale research has been done so far on the university students' social anxiety, a number of significant research findings had been obtained. On the basis of a systematic analysis of the existing researches, suggestions for future researches on Chinese university students' social anxiety are prospected in terms of the theoretical basis, measurement instruments, research content, research methods and perspectives, so as to promote further studies on university students' social anxiety.

Keywords: university students; anxiety; social anxiety

在社会转型期, 社会焦虑是一个不容忽视、必须面对、亟需解决的一个现实问题。事实上, 已有众多学者从社会学、心理学等视域对社会焦虑及大学生焦虑现象进行了大量研究。毋庸置疑, 社会焦虑特别是当前大学生的社会焦虑问题似乎并未引起思想政治教育研究者应有的重视。然而, 关注当前

背景下的大学生社会焦虑, 促进大学生的心理健康应当是思想政治教育领域研究的题中应有之义。系统梳理其研究脉络、概况, 进行相关评析与展望, 既有助于推动我国社会焦虑理论研究的发展, 又对化解新时期大学生社会焦虑具有积极、重要的现实意义。

收稿日期: 2015 - 09 - 07

基金项目: 教育部人文社会科学基金资助项目 (10YJA710040)

作者简介: 王建玲 (1977 -), 女, 讲师。研究方向: 思想政治教育。E-mail: 1812613220@qq.com

一、大学生社会焦虑问题研究溯源

词源学上，焦虑（anxiety）一词起源于希腊文 *ayoula*，意即“苦闷”。而在德语中则对应于 *angst* 一词，由拉丁词源 *angustia*（狭小、收缩）演变过来，即遭受惊吓引发的痛苦情绪之意。克尔凯郭尔（丹麦存在主义哲学家）是焦虑理论的先驱，他在《恐惧的概念》中谈到：人面临选择时焦虑便会产生。精神分析学心理学家弗洛伊德曾先后两次提出了“焦虑信号理论”。此后，霍妮、弗罗姆和苏利文都认为焦虑源于不良的人际关系。霍妮认为，“焦虑是一种存在于富有敌意的世界里，一个人所体验到的孤独感和无助感”^[1]。雅各布森则继承发展了弗洛伊德焦虑信号理论，认为焦虑涵盖刺激、自我、能力和认知评价四个因素^[2]。

此外，罗洛·梅、阿德勒、班杜拉、Higgins、艾里斯等各大心理学理论流派都有焦虑的相关阐释。萨特、海德格尔、加缪等存在主义哲学家等也都对焦虑有过相关研究。

二、我国大学生社会焦虑相关研究概况

国内关于大学生焦虑与社会焦虑的研究都不少，而对大学生社会焦虑的研究却寥寥无几。为了厘清大学生社会焦虑研究现状，笔者拟从三方面阐述。

（一）有关“社会焦虑”的研究

在我国，吴忠民（1993）^[3]最早谈到“社会焦虑”这一概念，即社会成员中普遍存在的一种紧张的心理状态。

在中国知网，以“社会焦虑”为关键词检索：核心期刊与 CSSCI 有 140 篇（2012—2015 为 62 篇），硕士论文 8 篇（仅有 3 篇相关），博士论文 3 篇（仅有 1 篇相关）。2000 年后该研究逐年递增，2009 年后如雨后春笋般迅速增长。可见，随着时间的推移，社会焦虑的严重性及其研究的重要性逐渐凸显。前期，我国学界对社会焦虑的研究主要包括概念、类型、特性、危害、原因以及缓解的措施等方面，近期研究如下。

1. 关于“社会焦虑”原因及对策的研究

吴忠民（2012）^[4]重点谈到原因（社会经济整

体利益结构正在发生着全方面、大幅度的急剧调整；社会风险因素空前增加；许多社会成员信仰丢失；社会尚缺乏正常秩序及规则体系）、危害及缓解对策（打造公正合理的规则体系；建立初级的民生保障体系；尽可能地实现充分就业）。《焦虑之下的幸福指数》（邢占军，2012）^[5]认为，中国社会焦虑源于快速现代化和剧烈转型、变迁所带来的压力，根本原因则为现代化进程中相伴而生的价值缺失和信仰危机。化解焦虑，首先尽快重建与中国现代化进程相吻合的社会价值；然后通过合理的心理疏导来化解；最后要制定与调整公共政策，提高民众生存、发展质量，消除现实土壤。倪稼民（2012）^[6]认为社会焦虑的原因关键在于现代社会文化价值认同的空场，致使灵魂不知栖息、安放何处。不难看出，三位学者的观点极其相似，都认为社会焦虑和当前的社会转型、变迁的大背景密不可分，关涉信仰缺失、价值危机的问题。这为笔者关于大学生社会焦虑的原因及对策研究提供了很好的理论借鉴。

2. 关于“社会焦虑”的类型研究

也有不同学者对社会焦虑进行分类。汪磊（2013）^[7]把社会焦虑分为生存性焦虑、身份焦虑及关于社会秩序和道德的焦虑。韩晓燕（2012）^[9]则把政府官员的焦虑分为政绩焦虑、年龄焦虑、权威焦虑、升迁焦虑、网络焦虑。上述两位学者关于社会焦虑的划分类型为大学生社会焦虑研究提供了讨论的一个命题。

3. 关于“社会焦虑”的综合研究

关于社会焦虑的综合研究，目前仅有 3 篇硕士论文，具体如下。

张艳丽（2011）^[9]主要从社会焦虑的表现（生存与发展焦虑、公共安全问题焦虑、身份认同焦虑、人际关系焦虑、婚姻焦虑）、原因（社会原因：五方面；个体原因：四方面）、影响、对策与建议（创建公平的制度环境、发展综合社会服务、完善社会保障体系、创建心理疏导机制、提升个人素质和能力）方面阐述。其研究主要通过调查问卷、访谈进行实证分析，具有一定的信服度。然而，由于问卷样本（300 份）较少，很难涵盖社会各类人群、人员，而且自行设计的问卷合理性也存在质疑，数据的可信度非常有限。另外，理论依据纯粹成了摆设，与内容存在严重的“两张皮”现象。最后，文章纯粹是作者的陈述，缺乏引用，降低了说服力。

在中共中央党校硕士学位论文《转型期社会焦虑问题初探》中,郝若婷(2013)的写作思路与张艳丽基本一致,包括类型、原因、不良影响、思考对策。论述中虽引用了大量的参考数据,但部分数据陈旧,而本身又缺乏实证调查,信度不高。

林高财(2014)在《当代中国社会焦虑现象人学解读》(华南理工大学硕士论文)中则从马克思人学的角度,提出化解焦虑的办法,视角新颖。不足之处在于缺乏实证分析,其化解方法也不具现实可操作性。此外,《当前社会焦虑的N种表现》(夏学奎,2013)^[10]也从社会焦虑的概念、表现、焦点、破解等几方面进行简述。上海大学社会学教授仇立平等也专门对社会焦虑进行研究。

以上学者们关于社会焦虑的研究都以社会变迁为依据,具有时代根源性,为大学生社会焦虑研究提供了思路、方法和根据。

(二) 有关“大学生焦虑”的研究

在中国知网,以“大学生焦虑”为主题搜索:核心期刊与CSSCI有97篇(2012—2015为18篇),硕博论文58篇(2012—2015有29篇)。针对大学生焦虑,学者多以关注个体人格特征对焦虑影响的心理学研究为主。研究主要涉及大学生的焦虑程度、具体焦虑(如就业焦虑、社交焦虑及考试焦虑等)及某个特殊群体(贫困生的焦虑、医学生的焦虑、女大学生的焦虑及师范生的焦虑等),探寻大学生焦虑心理的状况、直接原因及对策等。方法上,学者们主要以心理学的焦虑自评量表(SAS)、状态-特质焦虑量表(STAI)等特定研究工具,通过实证研究对大学生焦虑状况进行测量,获得焦虑分值,进而判断大学生的焦虑情况。关于影响因素方面,大多分析人口学基本因素(如性别、户籍、独生子女与否、专业及年级等)对焦虑的影响。新近研究如下。

《大学生焦虑水平与社会支持度的相关研究》(李雪平,2012)以《领悟社会支持量表》和《焦虑自评量表》为工具,从研究对象与方法、结果、讨论、建议四方面阐述。《在校大学生焦虑与抑郁状况的调查分析》(刘晓芸,李雪松,2013)、《新疆维吾尔族汉族师范类大学生焦虑状况及生活事件分析》(王伟国,2013)也都从对象与方法、结果、讨论来分析。《高职院校大学生的焦虑状况调查研究》(李静,苏日娜,2014)从对象与方法、研究结果、访谈案例与分析、讨论着手。成都理工大学硕士论文

《缓解大学生就业焦虑的对策研究》(牡丹,2014)则从现状分析和缓解对策重点阐述,没有进行实证研究。

总的来说,有关“大学生焦虑”的研究多以实证研究为主,集中在对焦虑状况的考察及表层影响因素分析,明晰了当前大学生焦虑的存在,不仅为大学生社会焦虑的研究提供了实践的依据,也为其开辟了实证研究道路。

(三) 有关“大学生社会焦虑”的研究

在中国知网,以“大学生社会焦虑”为主题检索:硕士论文1篇(关于社交焦虑),博士论文0篇,期刊4篇(其中1篇关于社交焦虑),无核心期刊与CSSCI。亦即截至目前,该领域一共有3篇期刊论文,另有相关的3篇,硕博论文处于空白阶段。具体如下。

《浅谈涨价背后大学生的社会焦虑及对策》(何峰,2008)^[11]主要分为两个部分:一是关于涨价背后大学生社会焦虑的原因及表现(由社会转型的不确定性引发的社会发展焦虑;就业预期的降低引发的个人前途焦虑;经济承受力较弱引发的现实生活焦虑;心理承受力弱引发的社会适应焦虑);二是探寻解决办法(提高认识,统一思想,将国家的方针和政策落到实处;把握热点,联系实际,解决大学生深层次的思想问题;增强工作透明度,建立日常性沟通机制;创建健全的心理咨询体系,完善心理咨询工作;营造良好的校园文化心理环境)。《当前大学生焦虑情绪探析》(赵碧枚,2013)^[12],主要阐述大学生焦虑类型及原因(考试焦虑及原因;社交焦虑及原因;情感焦虑及原因;就业焦虑及原因;经济焦虑及原因)和缓解策略(引导学生调整认知,辩证认识焦虑的意义;引导学生认识自我,科学地进行规划设计;开展心理健康教育,建立心理支持系统;加强校园文化建设,培育和谐的校园氛围)。《转型期大学生社会焦虑现象的多维成因探究》(赵小群,2013)^[13]从两方面展开:第一,社会转型期大学生社会焦虑症表现(人际关系焦虑;就业预期焦虑;社会适应焦虑;自我认知焦虑);第二,转型期大学生社会焦虑现象的多维成因(社会环境变化的负面效应;个体主观评价存在偏差;社会保障体系不健全;高校思想政治教育缺位)。《大学生焦虑情绪的表现及对策》(兰桂萍,2014)^[14]重点包括焦虑表现(学业焦虑、就业焦虑、人际焦虑、经济焦虑)和应对策略(学校要开展有效的心

理普查与心理咨询、高校辅导员要多做疏导工作、开展丰富多彩的校园活动、大学生要积极主动地化解焦虑情绪)。其中提到大学生自身通过逃避与宣泄、考研来化解。她指出,大学生自身化解焦虑应做到:树立正确的世界观、人生观和价值观;做好大学生生活规划;适度消费,积极参加勤工助学活动;“学一行、爱一行”;掌握应对不良情绪的科学方法;积极参加集体活动,增进人际交往。

上述4篇文章涉及大学生社会焦虑的类型及原因(或对策),笔者比较赞同赵小群、兰桂萍的表现类型及原因分析。尤其认同兰桂萍对大学生焦虑的分类,合乎大学生当前的现实,其对大学生自身应对方式的分析及策略也有一定的合理性。前面两篇文中的焦虑类型对应每一个具体原因,即只谈到了直接原因或者说表层原因。既然是社会焦虑,应该到社会中去寻找深层的原因,或者说具有相同的根源。

陈寒(2014)^[15]以“风险社会”为背景,从认知的视角,通过问卷调查、实证分析的方法对当代大学生的社会焦虑现状及其影响因素进行考察和论述。他认为大学生的社会焦虑主要集中在发展焦虑因子即学业、就业和毕业选择;情感焦虑因子即婚恋、社会支持和家庭关系;物质焦虑因子即生活花销和自己或家人的健康,大学生的风险认知、社会价值观念、行为应对方式都对大学生的社会焦虑有显著影响。胡献忠(2014)^[16]根据问卷调查和座谈访谈,把“90后”大学生焦虑分为自我认同焦虑、健康焦虑、学习焦虑、社会焦虑、兼职就业焦虑和未来发展焦虑;其中谈到多数大学生能采取积极应对方式;最主要应对方式是寻求亲友帮助。

不难看出,这两篇文章都采用实证分析的方法,信度较高。陈寒以风险社会为背景,符合中国当前社会变迁、处于高风险的现实,论证详实。美中不足,缺少相关对策研究,略显意犹未尽。胡献忠的焦虑分类边界不清,存在包含关系,认同度较低。

三、我国大学生社会焦虑问题研究存在的不足

综上所述,现有的研究为大学生社会焦虑研究提供了大致框架,开启了大学生社会焦虑研究的基础。但不难发现,目前的研究远未形成一套成熟的理论体系,还存在不少缺陷。

(1) 理论依据不足。焦虑是心理学范畴,而社会焦虑属于社会心理学,社会现象不是偶然呈现的,不仅与当前的社会现实勾连,也有其深厚的历史渊源。当前的研究对其深层根据、本源性等学理性问题缺乏剖析,造成价值的无根与漂浮。亦即其自身的学理基础、话语体系尚未生成,呈现碎片化状态。

(2) 研究方法单一。方法论上缺乏有效突破、创新,囿于心理学、社会学基础上的同质增量或叠加。对大学生焦虑多采用实证研究,且多采用特定的心理学量表对大学生焦虑程度进行细微、精致的测量和计算,但相关量表大都来自国外,缺乏跟随时空变化的中国化调整、修改。从心理学到社会学,其思维方式进行了表层上的迁移,但仅限于两门学科的机械嫁接。社会焦虑源于社会现实,与公众的文化培育、道德素质不可分割,但与思想政治教育如何结合却鲜有提及。

(3) 研究内容空泛。大多数学者仅仅对大学生焦虑现状进行测量和描述,只能充分反映出当下高校大学生焦虑问题的真实存在,但少见深入的社会学意义层面的探究和分析。尤其在成因分析上,除了探求基本人口学变量与焦虑的关系外,很少对当前大学生的普遍社会焦虑进行追根问源的分析。

(4) 关于大学生社会焦虑的研究几乎处于空白。文献数量表明,许多学者关注普遍的社会焦虑问题,大学生焦虑问题的研究也不少,仅有个别学者关注大学生的社会焦虑。

四、我国大学生社会焦虑问题研究的展望

大学生社会焦虑的研究是一个崭新的领域,与转型期的中国社会现实相伴而生,我国学术界亟需从以下几方面加强对其深入探究。

(一) 加强大学生社会焦虑的理论基础研究

目前,社会焦虑尤其大学生社会焦虑的研究大多基于单纯的社会现实进行分析、阐述,缺乏公认、统一的理论基础。今后可以结合中国的现实,参考、借鉴国外的某些相关著名理论并进行本土转化、植入,为我国大学生社会焦虑的探索奠定坚实的理论基础。笔者认为,罗洛·梅的焦虑理论产生的时代背景与当今中国社会转型的社会发展境况惊人地相似:经济文明飞速发展、社会竞争加剧、社会问题

增加、人与自然的关系变异、社会观念复杂多元、个人价值观异化,等等^[17]。因此,可以通过透析罗洛·梅的焦虑理论,来分析大学生社会焦虑的时代根源,并借鉴其对焦虑化解的建设性方法,对于切实关照中国当前的大学生社会焦虑大有裨益。其焦虑的实质、原因、分类、影响及应对可以为大学生社会焦虑的研究提供充分的原因依据的参考,也提供了化解大学生社会焦虑的一个非常重要的方法(即发挥思想政治教育对大学生社会焦虑化解的作用)。

同样,马斯洛的需求层次理论从满足需要的视角对于化解大学生社会焦虑的研究也有深刻的启示。马斯洛认为当人的基本需要得不到满足时,会给心理上带来威胁,所有的心理疾病都源于威胁,焦虑也是如此^[18]。因此,从了解、尊重和满足大学生多样的、合理的需求出发,大学生社会焦虑问题才可能得以缓解,抑或说需要理论为大学生社会焦虑提供了一个重要的原因依据及化解途径。

(二) 加强大学生社会焦虑的测量工具研究

由前可知,学者们对大学生社会焦虑的测量或采用国外纯粹心理学关于焦虑的工具,或采用自己随意编制的调查表,缺乏效度和信度。因此,急需加强我国大学生社会焦虑的测量工具研究,及早研究出信度高、合乎国情的、公认的大学生社会焦虑量表,以便准确测量大学生社会焦虑的真实状况,进而进行相应的表层、深层影响因素分析及适切的应对之策。

(三) 加强大学生社会焦虑的表现及自身应对方式研究

多数学者倾向于大学生焦虑及社会焦虑的类型、原因及对策研究,忽视了具有社会焦虑的大学生本身在心理、生理、行为等方面的表现及大学生自身应对方式研究。毋容讳言,具有社会焦虑的大学生在日常生活、学习中,其自身一定会有异常表现,而且大多数学生面对社会焦虑时不知所措,容易采取极端方式。加强对大学生社会焦虑的表现及自身应对方式研究,可以及早发现社会焦虑对象,并及时采取措施,能够减少甚至遏制社会焦虑对其身心健康、学业发展等方面的不利影响。

(四) 加强大学生社会焦虑的方法及视角研究

当前关于大学生社会焦虑的研究凤毛麟角,方法单一不可避免。可以采用问卷调查法、个案访谈法、学科交叉法、统计分析法等多种方法综合运用,

理论研究与实证研究相结合,以增加信度和新度。研究视角上,可以尝试从思想政治教育视域来探讨大学生社会焦虑问题,以马克思主义基本理论为指导,由思想政治教育领域深入到社会学、社会心理学等领域,探析当前大学生社会焦虑的现状、影响因素及化解之策。一定程度上,有助于思想政治教育研究思维方式的现代转换,扩充、丰富思想政治教育理论谱系。

参考文献:

- [1] 卡伦·霍妮. 我们时代的神经症人格[M]. 冯川,译. 贵阳:贵州人民出版社,1988:45.
- [2] 蔡飞. 精神分析焦虑论批判[J]. 南京师大学报(社会科学版),1995(3):69-73.
- [3] 吴忠民. 应重视社会焦虑问题的研究[J]. 福建论坛(经济社会版),1993(2):60-61.
- [4] 吴忠民. 社会焦虑的成因与缓解之策[J]. 河北学刊,2012,32(1):110-114.
- [5] 邢占军. 焦虑之下的幸福指数[J]. 探索与争鸣,2012(7):13-14.
- [6] 倪稼民. 灵魂栖息何处——中国式社会焦虑之文化根源[J]. 探索与争鸣,2012(7):15-16.
- [7] 汪磊. 网络场域中的狂欢景观及其社会焦虑镜像——以标签化的“话语符号”为观察窗[J]. 天府新论,2013(3):91-97.
- [8] 韩晓燕. 官员焦虑现象解读[J]. 探索与争鸣,2012(7):18-19.
- [9] 张艳丽. 转型时期的社会焦虑研究[D]. 咸阳:西北农林科技大学,2011:12-35.
- [10] 夏学奎. 当前社会焦虑 N 种表现[J]. 人民论坛,2013(9):20-21.
- [11] 何峰,沈丹. 浅谈涨价背后大学生的社会焦虑及对策[J]. 中国校外教育(下旬刊),2008(8):50-51.
- [12] 赵碧玫,谭怡. 当前大学生焦虑情绪探析[J]. 教育探索,2013(4):126-127.
- [13] 赵小群. 转型期大学生社会焦虑现象的多维成因探究[J]. 沧桑,2013(4):153-155.
- [14] 兰桂萍. 大学生焦虑情绪的表现及对策[J]. 教育探索,2014(1):149-150.
- [15] 陈寒. 当代大学生社会焦虑及其影响因素研究——以厦门大学为例[J]. 西南交通大学学报(社会科学版),2014,15(5):73-83.
- [16] 胡献忠. “90后”大学生焦虑与期待状况调查[J]. 当代青年研究,2014(6):65-70.
- [17] 夏烨,丁建略. 罗洛·梅的焦虑理论述评[J]. 医学与哲学(人文社会医学版),2008,29(7):71-72.
- [18] 唐海波,邝春霞. 焦虑理论研究综述[J]. 中国临床心理学杂志,2009,17(2):176-177,199.

(编辑: 巩红晓)