

文章编号: 2095-1663(2017)03-0041-06

基于扎根理论的在校博士生焦虑心理影响因素研究

冯 蓉, 张彦通

(北京航空航天大学, 高等教育研究所, 北京 100191)

摘 要: 博士生群体是我国教育体系的最高层次, 是知识创新的主要力量, 是社会快速发展的重要依托, 是国家科研竞争实力的核心构成。同时, 这一群体也是高校心理健康教育最易忽视的群体。焦虑心理是当前高校博士生群体常见的负性情绪状态, 本研究运用扎根理论研究方法, 通过便利抽样与标准抽样相结合选取 28 名在校博士进行深度访谈, 通过编码分析发现毕业因素、就业因素、婚恋因素和认知因素是博士生焦虑心理的主要影响因素。并在此基础上构建了在校博士生焦虑心理影响因素模型, 为进一步探讨博士生心理健康教育对策提供了理论依据和资料佐证。

关键词: 博士生; 焦虑心理; 影响因素; 扎根理论

中图分类号: G643

文献标识码: A

一、问题的提出

当前, 我国在校博士生人数已达到 150 余万人, 已超过美国成为世界上最大的博士学位授予国家。^[1] 博士生群体作为我国人才培养的最高层次, 是建设国家创新体系和占领世界知识经济制高点的重要支撑力量。相对于高校中的本科生和硕士生群体, 博士生群体社会阅历更加丰富, 自我定位高、成就动机强, 整体有着更好的心理成熟度和自我认知。伴随社会经济快速发展, 国家对博士生培养质量需求不断提升, 博士生在学习、科研、就业、经济生活等多方面的压力陡增。近年来, 高校博士生因心理问题导致的恶性危机事件频现报端, 2009 年, 武汉大学博士杨志高因博士论文无法通过、压力过大, 在家中自杀; 2012 年, 中国科学院博士生张东文服毒自杀, 其生前在博文中写道: “精力耗竭, 工作不能胜任, 压力无处不在”。相关研究发现, 博士生心理问题的检出率为 39.3%, 博士生在强迫、焦虑、精神病性等方面总均分上明显高于全国常模, 其中焦虑因

子的阳性症状百分比为 18.8%。^[2] 博士生群体的心理健康状况亟待关注。

长期以来, 博士生群体是高校心理健康教育最易忽视的群体, 面向本科生和硕士生的心理健康教育, 对博士生群体缺乏针对性。博士生群体年龄跨度大、培养方式多样、专业性强、日常交往空间有限等特点, 也影响了心理健康教育实效性的发挥。本研究前期, 笔者对北京某高校 1130 名博士生的分层抽样调查发现, 不同情绪状态的博士生在“学习现状”“科研成果”方面的差异显著 ($P=0$), 存在“焦虑”“抑郁”等情绪的博士生, 普遍伴有失眠、身体状况不佳等躯体症状, 进而导致其学术科研困难、人际紧张等, 阻碍了学生个体社会功能的良性运转, 学习满意度和科研成果产出明显低于正常情绪的博士生。可见, 良好的心理健康状态对博士生的学习发展和科研产出有着重要影响, 对我国高等教育人才培养质量提升意义重大。

因此, 本研究拟在问卷调查和文献研究的基础上, 以在校博士生最为常见的焦虑心理为切入点, 从

收稿日期: 2017-02-10

作者简介: 冯蓉(1978-), 女, 河南开封人, 北京航空航天大学高等教育研究所, 副研究员。

张彦通(1963-), 男, 山西榆次人, 北京航空航天大学高等教育研究所, 教授, 博士生导师。

基金项目: 中国学位与研究生教育学会学位与研究生教育研究课题“在校博士生焦虑心理的社会成因研究”(2015Y0107)

微观层面探析博士生焦虑心理状况,梳理、归纳博士生焦虑心理的影响因素,为博士生培养管理工作提供对策建议。需要说明的是,本研究所论及的博士生焦虑心理是个体在外界环境影响作用下产生的焦虑情绪体验,从性质上属于一般心理应激,而非精神医学所诊断的焦虑症(即焦虑神经症)。这一区别,对于本研究的可操作性和实践价值有着重要意义。

二、研究设计

(一)研究方法

扎根理论(Grounded Theory)研究方法是美国芝加哥大学社会学者 Barney Glaser 和哥伦比亚大学社会学者 Anselm Strauss 于 1967 年首次提出,是定性研究中较为科学的一种方法。^[3]扎根理论的研究方法是一项由人的经验开始、又回归人的经验的探索过程,它植根于系统收集技术和分析资料之中。研究者从实际观察入手,通过深入情境的研究收集数据和资料,通过对数据间的不断比较,进行抽象化、概念化的思考和分析,从数据资料中归纳提炼出概念和范畴,即在系统收集资料的基础上寻找反映社会现象的核心概念。^[4]考虑到本研究的内容具有“情境性”和“敏感性”的特点,故选用扎根理论的方法,以求更深入细致地阐释博士生焦虑心理的实际状况及影响因素。

深度访谈是经典扎根理论研究中最常用的方法。陈向明认为,通过言语交流,个体表达自己的思想,不同的个体之间可以达到一定的相互“理解”,通过提问和交谈,人可以超越自己,接近主体之间视域的融合,构建出新的、对双方都有意义的社会现实。^[5]本研究使用开放性问题,采用半结构化深度访谈,过程中鼓励来访者讲述内心真实想法,笔者全程保持参与者的姿态,避免先入为主的引导和提示。为保证不遗漏重要信息,在征得受访者同意后访谈过程进行了全程录音,为数据分析提供了真实的原始数据。

(二)研究对象

通过便利抽样与标准抽样相结合,本研究选取北京某高校 28 名博士作为访谈样本。受访者具体情况如下:性别方面,男生 15 名,女生 13 名;年龄方面,25 岁以下博士生 3 名,26-28 岁博士生 14 名,29-32 岁博士生 6 名,33-35 岁博士生 2 名,36 岁及以上博士生 3 名;年级方面,一、二、八、九级博士生各 2 名,二、四、五、六年级博士生各 4 名,三年级博士

生 6 名;学科背景方面,人文社会学科博士生 9 名,理科博士生 5 名,工科博士生 14 名;培养方式,全日制博士生 19 名,非全日制博士生 9 名;婚恋方面,已婚 5 人,未婚 23 人。样本编号按照受访时间先后排列,分别从 01 到 28。

(三)研究工具

1. 访谈提纲

笔者结合已有文献研究,自行编制了半结构式访谈提纲。访谈所要考察的主要内容如下:①受访对象焦虑心理的存在状况及评价。问题有:你是否感到过焦虑?如何评价焦虑给你日常学习生活带来的影响?②受访对象焦虑心理的影响因素,以及这些因素带来的影响。问题有:学习科研中哪些问题让你感到焦虑?是否担心自己的毕业?对自己的研究方向是否有兴趣?是否担心过自己的就业问题?感情状态是怎么样的?通过攻读博士能否实现你读博的初衷?每个样本的访谈时间约为 1 小时。

2. 分析工具

本研究采用计算机辅助质性分析软件 NVivo8.0 作为编码和分析的工具。NVivo8.0 软件由澳大利亚的 QSR 公司于十几年前推出,是当前使用最为频繁的计算机辅助质性分析软件,能对多种资料形式(如文本、影音、图片和图像)进行处理的功能强大的软件,旨在将定性数据尽可能量化地进行处理。

(四)数据收集与分析

1. 访谈数据整理

首先对 28 个受访样本的基本资料(姓名、年龄、年级、学科专业、婚恋状况等),以及笔者的访谈笔记(采访时间、地点、被访者态度、访谈细节记录等)进行整理。在此基础上,对样本访谈录音进行转录,对于访谈中出现的与研究无关的内容进行剔除,对被访者的“回答”进行初步筛选,对 22 个受访样本的有效访谈内容进行开放式编码的贴标签,另外 6 个受访样本的资料留作检验理论饱和度。

2. 数据编码过程

(1) 开放编码

开放编码(open coding)将所获得的数据记录逐步进行概念化和范畴化,用概念和范畴来正确反映数据内容,并把数据记录以及抽样出来的概念打破、揉碎并重新综合的过程,其目的在于指认现象、界定概念、发现范畴。^[6]经过多次整理分析,本研究最终从资料中抽象出 116 个概念和 20 个范畴,表 1 显示了开放编码形成的范畴。

表 1 在校博士生焦虑心理影响因素数据编码的阶段

编号	范畴	概念
1	科研工作量	973/863 课题、担任多个项目、熬夜、出差、赶结题
2	课题进展情况	课题进展缓慢、实验失败、研究成果周期长
3	开题、答辩	延期开题、延长学习年限、二次答辩、盲审
4	科研能力	文献检索能力、动手能力、研究兴趣、创新能力、专业基础知识、科研主动性
5	论文发表	SCI、CSSCI、投稿被拒、论文发表周期长、毕业标准、学术诚信、导师修改
6	师生关系	融洽、失望、惧怕、冷漠、一般、影响毕业、科研受阻、感恩、精神支持
7	导师指导满意度	指导周期、指导内容、指导范围、指导态度
8	就业地点	北上广、编制、户口、落户积分、落户限制、教育资源
9	薪资待遇	满意、失望、落差、房价、生活成本、学费
10	求职优势	专业热门、学历高、专业性强、名牌高校、科研经验丰富、男生、实习经验
11	求职劣势	女生、第一学历歧视、应届生、缺乏工作经验、专业
12	求职单位	高校、研究所、公司、公务员、政府机关、博士后、出国
13	求职行为	面试、投简历、实习、导师推荐
14	婚恋经历	初恋、女朋友、男朋友、失恋、结婚、相亲、结婚、离婚
15	婚恋需求	精神伴侣、生理需要、家长催促、年龄、物质基础
16	婚恋标准	博士、顾家、性格、人品、经济条件、学历情况、志同道合、价值观
17	思维方式	积极、进取、正面思维、直面困难、悲观、消极
18	家庭状况	经济困难、无经济压力、下岗、退休、供养弟弟妹妹、父母生病
19	读博目的	求职机会、留京、提升能力、科研兴趣、情感、父母期望
20	读博感受	后悔、不后悔、实现目标、失望

(2) 主轴编码

主轴编码(axial coding) 的主要任务是发现和建立范畴之间的各种联系,以表现资料中各个部分之间的有机关联^[7]。通过聚类分析,把开放式编码阶段所发现的范畴有机地关联起来,逐步确定其间的

类属关系,在此基础上第二次编码,发展出主范畴和副范畴。此处,共得到四个主范畴,分别是毕业因素、就业因素、婚恋因素和认知因素。各主范畴的内在关系见表 2。

表 2 在校博士生焦虑心理影响因素数据编码的阶段

主范畴	对应范畴	范畴的内涵
毕业因素	科研任务	博士生所承担的科研项目、课题等,包括文献、调查、工程调试等
	毕业条件	学校要求博士研究生毕业所需达到的条件,如学分要求和发表论文条件
	导师指导	导师对博士让给予的学业、科研、能力培养、思想发展等方面的指导
就业因素	就业取向	对就业地域、求职单位类型、工作性质、薪资待遇的选择意向
	就业资本	包括专业能力、学历层次、综合素质和个人社会资本,如专业热门程度等
	就业行为	为获得工作岗位所付诸的投简历、笔试、面试、实习等行为
婚恋因素	婚恋状态	博士生恋爱、婚姻的现实状况
	择偶标准	个体对恋爱、配偶选择的主观评价标准,如学历、人品、外貌等
	婚恋观念	个体对爱情和婚姻的认知理解和基本看法
认知因素	个性特点	一个人相对稳定的思想和情绪方式,常见分类为内向和外向
	考博动机	考博的出发点和驱动力,如为了找到更好的工作、为了增强能力等
	价值观念	人认定事物、辨别是非的一种思维或取向

(3) 选择编码

选择编码(Selective Coding)是通过第三次编

码选择核心范畴,厘清诸多概念类属及其内在联系,从所有已发现的概念类属中选择“核心类属”,分析

不断地集中到那些与核心类属有关的编码上面。深入分析 12 个主轴编码,发现毕业因素、就业因素、婚恋因素和认知因素是在校博士生焦虑心理的直接影响因素,它们各自关联着其他若干因素,共同影响着博士生的心理状态。

(4)理论饱和度检验

本研究对理论饱和度进行检验时,利用 6 个受访样本的有效数据检验理论饱和度。检验结果证明,各范畴已经发展完善,对于影响在校博士生焦虑心理的 4 个主范畴(毕业因素、就业因素、婚恋因素、认知因素),没有再发现新的范畴,而且范畴内部也没有发现新的初始概念。因此,研究认为通过扎根理论方法得到的“在校博士生焦虑心理影响因素模型”在理论上达到了饱和。

三、研究结果

本研究从微观视角探析在校博士生焦虑心理影响因素,运用扎根理论从访谈资料的 116 个概念中抽取 20 个基本范畴,进而凝练出 12 个副范畴(科研任务、毕业条件、导师指导、就业取向、就业资本、就业行为、婚恋状态、择偶标准、婚恋观念、考博动机、个性特点、价值观念)和 4 个核心范畴(毕业因素、就业因素、婚恋因素、认知因素)。并在此基础上构建了在校博士生焦虑心理影响因素模型,见图 1。研究发现,毕业因素、就业因素、婚恋因素和认知因素对在校博士生焦虑心理有着直接的影响,各影响因素之间相互并不孤立,从受访者体验来看,当多个影响因素叠加作用时,他们的焦虑心理体验增长明显。

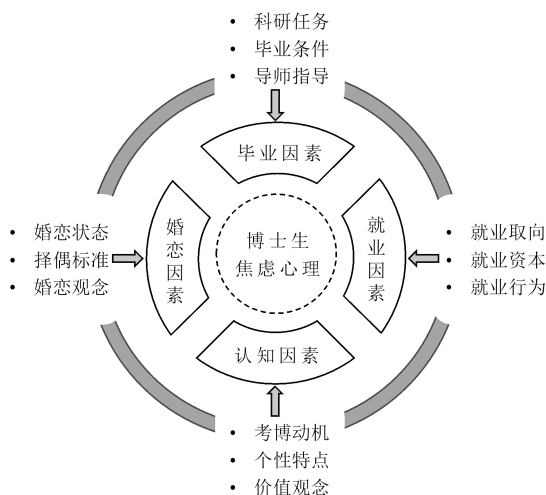


图 1 在校博士生焦虑心理影响因素模型

(一)毕业因素

毕业因素被多数受访博士生评价为“引发自己焦虑心理的最主要因素”,集中表现在毕业条件、科研任务和导师指导三个方面。毕业条件方面,28 名受访博士生在读博初期对读博年限的心理预期平均为 4.32 年,而其中 46.4% 的博士生已超过预期年限。学术论文发表成为影响博士生读博年限的重要因素,也是博士生毕业焦虑的主因。当前各高校明确要求博士生在申请博士学位前必须发表相当数量和质量的学术论文,随着博士生人才培养标准的不断提升。访谈发现,当学校毕业发表论文数量要求达到 3 篇以上时,博士生存在明显的焦虑感($P=0$)。在科研任务方面,未发现科研任务强度对博士生焦虑心理的明显影响,28.6% 的受访博士表示,当科研项目与其研究论文缺乏关联导致自身论文工作时间得不到保障时,会产生焦虑情绪。同时,4 名受访博士表示,部分导师将科研任务的完成情况作为他们能否顺利开题和毕业的基础条件,一定程度上遏制了他们的科研积极性,让他们感到被动、焦虑、压抑。在导师指导方面,受访博士生均认为导师指导决定着他们的毕业进度和科研产出,导师的指导频率、指导方式、指导内容都对他们产生影响。不同师生关系的博士生焦虑心理体验差异显著,与导师关系紧张的 5 名博士生相比较其他受访者存在更明显的焦虑、无助体验。

(二)就业因素

影响博士生焦虑心理的就业因素表现在就业取向、就业资本、就业行为三个方面。对于就业取向,71.4% 的博士生选择“高校或科研机构”,78.6% 的博士生首选的就业地点为北京、上海,落户的不确定性是博士生就业焦虑的主因。在就业资本方面,不同专业、不同性别博士生的焦虑体验均表现出明显差异,文科和部分理科专业博士生相较于工科专业博士生表现出更明显的焦虑感,女生焦虑体验多于男生。本科或硕士就读非重点高校的博士生存在“第一学历歧视”的焦虑。受访博士生同时表示,面对当前越来越多具有海外博士背景的博士求职者,他们的就业压力聚增。在就业行为方面,全日制博士生相较于在职博士生或有过工作经验的博士生表现出更明显的焦虑体验,多数博士生表示因在本科和硕士毕业时选择继续深造,他们基本上从未接受过系统的求职能力的培养,在求职技巧和能力相对不足,缺乏规范的简历和面试过程中的紧张表现影响了他们对自我实力的充分表达,进而影响到他们的求职结果。越来越多的博士生认识到,在科研成

果之外用人单位对博士生团队合作意识、心理健康素质、沟通能力等综合素质的重视程度不断提升。访谈还发现,博士生在同期处理毕业论文和求职应聘时焦虑体验最为明显。

(三)婚恋因素

婚恋因素对未婚博士生焦虑心理的影响表现在婚恋状态、择偶标准、婚恋观念三个方面。受访博士生中,单身者认为其婚恋状态受到“科研忙碌,闲暇时间有限”的制约,其中“每天投入学习科研时间在10小时以上”的博士生中,单身者比例为66.7%。53.6%的博士生认为“专业特点导致周围同学性别单一”也是影响他们婚恋状态的主要因素。在择偶标准方面,不同性别博士生都表示攻读博士的过程中自己对婚恋配偶的标准有所提升,但在具体标准的选择上存在差异,男性博士的择偶标准排序在前五位依次为“人品性格好”“价值观相似”“年龄小3-5岁”“兴趣一直,有共同话题”“身高外貌”,女性博士择偶标准排序在前五位依次为“人品性格好”“发展前途”“真诚体贴”“身高外貌”“经济状况”,男博士普遍表示“不愿选择女博士作为婚恋伴侣”“对方本科以上就可以”“希望年龄比自己小”,女生则表示“希望对方学历与自己相当”“不希望年龄比自己小”“不希望与自己同专业”,理工科专业和人文社科专业的女博士均希望“对方是理工科专业”,整体来看,单身女性博士生的婚恋焦虑显著强于男性博士,并且随着年级升高呈现逐增趋势,其中“对生育年龄”的焦虑是主要原因。在婚恋观方面,男女博士普遍认同“男主外、女主内”的观念,69.3%的女性博士认为“家庭与事业同样重要”、“追求独立和事业发展的同时也会重视经营爱情与家庭”,23.1%的女性博士表示“愿意为家庭放弃事业发展”。

(四)认知因素

希金斯认为自我概念包括理想自我、应该自我和现实自我,个体对不同自我的认知差异是导致个体焦虑的主要原因。^[8]研究发现,影响在校博士生焦虑心理的认知因素集中在博士生考博动机、个性特点、价值观念三个方面。^[9]根据考博动机的不同,受访博士生可分为三个类型:功利型、兴趣型和迷茫型。功利型读博动机的博士生,目的性强,希望通过攻读博士获取更好的就业机会、满足岗位晋升或评聘职称的要求、摆脱原有生活环境或工作单位等等。兴趣型读博动机的博士生,对读博结果没有明确预期,读博过程中对专业研究更投入也更专注。迷茫型读博动机的博士生,常识处于“家人和亲友希望自

己读博”“周围很多人读博,所以我也选择读博”等原因,从访谈结果来看,迷茫型读博动机的博士生出现焦虑心理的比例最高85.7%。从个性特点来看,性格外向的博士生面对读博过程中遇到的各种困难与问题有更积极的态度,他们认为“办法总比困难多”“相信自己可以解决”,焦虑体验比例较低。从价值观念看,政治性价值观(即以权力地位为中心的价值观念)和经济性价值观(它以有效和实惠为中心的价值观念)取向的博士,为博士学位附加了太多的价值意义,在读博过程中急功近利明显,缺乏博士生所应具备的安静心态,在面对毕业压力时更易产生逃避情绪和挫折体验,存在更明显的焦虑感。认为“精神富足比物质富足更重要”的博士生心态相对平和,面对读博过程中的挫折和困难焦虑体验相对较低。

四、讨论

无论在理论层面,还是在实践层面,在校博士生心理焦虑问题都需要我们给予更多的关注。从微观层面看,一个人读书至博士阶段,仍旧无法良好地调节压力、接纳自我,顺利稳定地融入社会生活群体,很大程度上影响其自我价值的发挥。从宏观层面看,在校博士生在学业、就业、婚恋和认知等方面产生的焦虑心理,也是社会转型、社会评价标准、社会人才需求、社会文化通过高校人才培养系统折射于博士生群体心理的痕迹。缓解博士生焦虑心理除了通过咨询与心理支持引导博士生有效调整认知,更大程度上还依赖于社会与高校在人才培养目标、内容、途径、评价方式等方面的协调与共识。如设立“导师主导”博士生学业评判机制,建立以产学研为基点的博士生就业链条,立足生活指导关注高校博士生婚恋诉求,以价值观重塑为重点提升博士生认同感,从而全面提升博士生群体的心理健康素质。

参考文献:

- [1] 中华人民共和国教育部. 各级各类学历教育学生情况[EB/OL]. (2015-12-16). <http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/htmlfiles/moe/s6200/201201/129518.html>.
- [2] 卢绍君,王井云,田明. 博士研究生心理健康状况与社会支持、应对方式的关系研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2012(9):1397.
- [3] Glaser B.G., Strauss A.L. The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research. New York: Aldine Publishing Company, 1967.

- [4] 陈向明.扎根理论的思路与方法[J].教育研究与实验, 1999(4):58-63.
- [5] 陈向明.质的研究方法与社会科学研究[M].北京:教育科学出版社,2001:169.
- [6] MichaelQuinnPatton.质的品鉴与研究[M].吴芝仪,李奉儒,译.台北:桂冠图书公司,1990:38.
- [7] Strauss A. Corbin J. Basics of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques [M]. Thousand Oaks,CA: Sage,1998: 102 -138.
- [8] Higgins, E. T. Self-discrepancy theory: What Pattern of Self-beliefs Cause People to Suffer. In L. Berkowitz (ed.), Advance in Experimental Social Psychology, (vol.22)New York:Academic Press,1989:80-83.
- [9] 李海生.我国博士生延期完成学业的影响因素分析——基于对 42 所研究生院的问卷调查[J].学位与研究生教育,2012(5):12-13.

A Study on Influential Factors to Psychological Anxiety of Doctoral Students at School Based on Grounded Theory

FENG Rong, ZHANG Yantong

(Institute of Higher Education, Beihang University, Beijing 100191)

Abstract: Doctoral candidates are on the top of the education list in China. They are a main force of knowledge innovation, an important supporting factor for rapid social progress, and a constituent part of the core competitiveness of the national scientific research. Unfortunately, they are also a group of people at higher learning institutions whose psychological health education is easily neglected. Anxiety is the common negative emotion of doctoral candidates at universities. Based on the research methods of the Grounded Theory, the author had in-depth interviews with 28 doctoral candidates chosen by convenience sampling and standard sampling methods. Through coding analysis, the author finds that the problems related to graduation, employment, love and marriage, and cognitive factors are the main anxiety reasons affecting them. Based on the interviews and analysis, the author has built an anxiety influencing factor model of doctoral candidates, which provides theoretical basis and data proofs for further exploration on countermeasures for psychological health education for doctoral candidates.

Keywords: doctoral student; anxious psychology; influencing factor; grounded theory

(上接第 25 页)

努力培养具有社会责任感、创新能力和实践能力的高素质人才,以提升服务国家和地方经济社会发展的能力。

参考文献:

- [1] 周玉清,黄欢,付鸿飞.以“双一流”建设引领研究生教育的改革与发展[J].研究生教育研究,2016(3):1-6.
- [2] 中华人民共和国学位条例[G]//学位与研究生教育文件汇编.北京:高等教育出版社,1999:3-5.
- [3] 杨卫.营造研究生教育的创新环境[M]//研究生教育创新计划实施报告.北京:北京理工大学出版社,2006:39-44.
- [4] 非英语专业研究生英语教学大纲[G]//学位与研究生教育文件汇编.北京:高等教育出版社,1999:263-266.
- [5] 教育部.关于加强和改进研究生培养工作的几点意见[J].学位与研究生教育,2000(1):68-70.

Analysis of the Problems related to Doctoral Students Cultivation in the Context of the "Double First-rate" Construction

LI Pengjun

(College of Life Science and Technology, Jinan University, Guangzhou 510632)

Abstract: This paper analyzes major problems in the postgraduate education in the "double first-rate" university construction. The author points out that it is necessary to strengthen the subjective consciousness and responsibility awareness of supervisors and doctoral students, create a good academic atmosphere, improve scientific assessment mechanism, and enhance sci-tech innovation ability of postgraduates for the improvement of doctoral students cultivation. Meanwhile, the author proposes some reform measures for the cultivation system and mechanism in China and countermeasures to the existing problems thereof.

Keywords: "Doublefirst-rate" university construction; doctoral student cultivation; system and mechanism