

# 全面二孩政策下育龄女性应对方式与就业心理压力关系探析

于腾腾

(西安财经大学,陕西 西安 710100)

**摘要:**随着全面二孩政策的落地实施,育龄女性面临的就业与生育压力也日益增加。本研究从关注育龄女性心理健康的视角出发,通过实证研究的方法积极探讨应对方式与育龄女性就业心理压力之间的影响关系,以期帮助育龄女性缓解心理压力、提高心理健康水平提供理论依据。

**关键词:**育龄女性;应对方式;心理压力

**【DOI】**10.12231/j.issn.1000-8772.2021.02.270

我国自 2016 年起开始全面实施二孩政策,作为家庭重要成员的女性,同时也是生育行为的主体,广大育龄女性正面临着就业与生育的新挑战,正确认识“全面二孩”政策实施过程中,育龄女性面临就业情境时心理压力的各种影响,帮助育龄女性科学应对心理压力带来的各种心理问题,促进育龄女性职业道路的健康良性发展,是需要全社会关注的现实问题。

## 1 应对方式与就业心理压力相关研究

### 1.1 应对方式的相关研究

国内外学者关于应对方式的研究,主要集中在对其概念探讨上,但目前并没有统一的界定。研究成果主要集中在:

国外学者 Freud A.认为能帮助个体缓解情绪紧张、维持心理平衡、调节个体行为表现的方法或手段就是应对方式。Edwards JR 等人认为,个体应对内外环境要求及其有关的情绪问题而采用的方法、手段或策略就是应对方式。

国内学者程一民认为应对方式是指当个体面临超过本身所拥有资源的内外情境和问题时,为缓冲或避免压力、焦虑、威胁或其他身心疾病,努力去处理情境和问题的动力历程。姜乾金把应对方式看成是,个体为了对付应激而采取的各种相应的认知活动和行为活动。李百珍等人指出,应对方式是个体对环境或内在需求及其冲击所做出的恒定的认知和行动努力,它是应激与心理健康的中介机制,对人的身心健康起着调节作用。

本研究认为应对方式是指个体在面临压力事件时,为减轻其负面影响而做出的认识和行为的努力过程。

### 1.2 就业心理压力的相关研究

心理压力是个体对压力源产生的一种综合心理状态。

国内对就业心理压力的研究,主要以当代大学生为研究对象(吴文峰、卢永彪,2006;赵丹娣,2008;陈宇红、江光荣,2009),缺少对“全面二孩”政策实施过程中育龄女性就业心理压力方面的理论

与实证研究。

在实施“全面二孩”政策的过程中,伴随着我国人口老龄化社会的加速到来,育龄女性就业也面临着新挑战。育龄女性就业不仅关系到家庭经济收入、个人社会保障,也关系到育龄女性心理健康与社会地位的提高,更关系到社会男女平等、家庭美满幸福、经济社会和谐稳定。国内学者对大学生就业心理压力的相关理论成果可以为我们研究育龄女性就业心理压力提供理论借鉴。

## 2 研究对象与工具

### 2.1 研究对象

我国《婚姻法》规定女性的法定婚龄是 20 岁。因此,本研究结合我国女性职业发展和生育年龄的特点,选取陕西省年龄为 20-45 岁的育龄女性为研究对象。在调查统计中,共发放问卷 400 份,剔除无效问卷 17 份,回收有效问卷 383 份,问卷回收率为 95.7%。问卷数据采用 SPSS24.0 进行统计分析。研究对象的具体情况见表 1。

### 2.2 研究工具

#### 2.2.1 应对方式问卷

采用肖计划等编制的应对方式问卷,共有 62 个项目的问卷,其中包括 6 个分量表,分别为解决问题、自责、求助、幻想、退避、合理化。6 种应对方式构成 3 个维度的应对模式:成熟型(解决问题一求助),不成熟型(退避一自责)和混合型(合理化)。该量表的内部一致性系数为 0.878。

#### 2.2.2 《简易心理状况评定量表》

采用 Kessler 和 Mroczek 等编制《简易心理状况评定量表》中文版,共 10 个项目,主要测量在过去一个月经历的压力水平等与心理健康相关症状的发生频率。该量表内部一致性信度为 0.8037,具有较好的信效度。量表得分越高,表明患心理疾病的风险越高,心理压力越大,心理健康状况越差。

表 1 调查对象基本信息

年龄	婚姻状况	月收入	生育情况	家务承担
24 岁以下(22)5.7%	单身从未结婚(92)24%	3000 元以下(45)11.7%	一孩(200)52.2%	女性(148)38.6%
25-29 岁(88)23%	已婚一起生活(231)60.3%	3000-5000 元(158)41.3%	二孩(65)17%	男性(14)3.7%
30-34 岁(99)25.8%	已婚长时间分居(25)6.5%	5000-8000 元(143)37.3%	多孩(2)0.5%	夫妻共同(132)34.5%
35-39 岁(99)23.8%	离婚(29)7.6%	8000-10000 元(29)7.6%	未生育(116)30.3%	父母(89)23.2%
40-45 岁(83)21.7%	丧偶(6)1.6%	10000 元以上(8)2.1%		

### 3 结果分析

#### 3.1 育龄女性应对方式与就业心理压力总体状况

表 2 育龄女性应对方式与就业心理压力总体状况 (M±SD)

解决问题	自责	求助	幻想
8.595±1.4528	5.540±2.6914	6.339±1.6953	5.885±2.5237
退避	合理化	就业心理压力	
7.094±2.4573	7.313±2.8175	33.55±7.590	

全面二孩政策下育龄女性社会支持与面临就业情境的心理压力总体状况,如表 2 所示。结果可见:育龄女性面临就业情境时的心理压力均值为 33.55>30,表明育龄女性患心理疾病的风险很高,心理压力很大,心理健康状况较差。

由表可见,全面二孩政策下育龄女性面临就业压力情境时,首先采用的是解决问题这种积极的应对方式。其次是合理化、退避、求助应对方式,最后采用的是幻想、自责应对方式。

#### 3.2 不同人口学特征育龄女性应对方式差异性分析

对不同人口学特征育龄女性应对方式进行单因素分析,结果表明:不同年龄、家务承担情况不同、不同婚姻状况及月收入不同的育龄女性的应对方式存在显著性差异。从年龄来看,24 岁以下的育龄女性采用的是“退避-自责”这种不成熟型应对方式( $F=3.999, p<.01$ ),而 35-39 岁育龄女性常采用“解决问题-求助”这种成熟型应对方式( $F=4.046, p<.01$ )。从家务承担情况来看,男性承担家务家庭的育龄女性常采用“解决问题-求助”这种成熟型应对方式( $F=4.233, p<.01$ )。从婚姻状况来看,已婚并与配偶一起生活的育龄女性多采用“解决问题-求助”这种成熟型应对方式( $F=4.592, p<.001$ )。从收入情况来看,收入越高的育龄女性,多采用“解决问题-求助”这种成熟型应对方式( $F=6.335, p<.001$ )。

#### 3.3 育龄女性应对方式与就业心理压力影响关系分析

表 3 育龄女性就业心理压力与应对方式相关性分析结果 (r)

	自责	幻想	退避	合理化
就业心理压力	-.452**	-.476**	-.451**	-.477**

注:\*表示  $p<0.05$ ,\*\*表示  $p<0.01$ ,\*\*\*表示  $p<0.001$ 。

为进一步探讨全面二孩政策下面临就业情境,育龄女性就业心理压力与应对方式之间的关系,对育龄女性就业心理压力与应对方式进行相关分析,结果如表 3 所示。

结果表明:育龄女性就业心理压力与采用自责、退避、幻想、合理化等应对方式存在显著相关关系。常采用“退避-自责”不成熟型应对方式或混合型应对方式的育龄女性,面临就业情境时,就业心理压力更大。

为进一步探讨全面二孩政策下面临就业情境,育龄女性就业心理压力与应对方式之间的关系,对育龄女性就业心理压力与应对方式进行相关分析,结果表明:育龄女性就业心理压力与采用自责、退避、幻想、合理化等应对方式存在显著相关关系。继续对育龄女性应对方式对就业心理压力进行多元线性回归分析。结果如表 4 所示。

表 4 育龄女性应对方式对就业心理压力的回归分析结果

因变量	预测变量	R <sup>2</sup>	F	ΔR <sup>2</sup>	sig
就业心理压力	应对方式	0.324	30.102	0.314	.000***

注:\*表示  $p<0.05$ ,\*\*表示  $p<0.01$ ,\*\*\*表示  $p<0.001$ 。

结果表明:全面二孩政策下育龄女性应对方式可以对就业心理压力起到一定的预测作用。面临就业情境时,育龄女性应对方式对就业心理压力的联合解释量为 32.4%,回归拟合过程的方差分析表明了“合理化”这种混合型和“解决问题”这种成熟型的应对方式的

预测力最强,更多采用“解决问题”这种成熟型和混合型应对方式的育龄女性,在面临就业情境时,其心理压力水平越低,心理健康状况越好。

### 4 结论与建议

#### 4.1 结论

全面二孩政策下育龄女性面临就业情境时心理压力很大,心理健康状况不容乐观。年龄越长的育龄女性在面临就业压力情境时,越多采用的是成熟型的应对方式。从家务承担情况来看,家务由男性承担的育龄女性面临就业压力情境时,越可能采用成熟型应对方式,而由父母承担家务或由自己承担家务的育龄女性,越可能采用不成熟型应对方式。已婚并与配偶一起生活的育龄女性多采用“解决问题-求助”这种成熟型应对方式,离婚的育龄女性多采用“退避-自责”这种不成熟型的应对方式。收入越高的育龄女性,随着经济地位的独立,面临就业压力情境时,越常采用成熟型应对方式。

面临就业情境时,育龄女性应对方式对就业心理压力有一定的预测作用。采用成熟型应对方式的育龄女性面临就业压力情境时,其心理压力水平越低,心理健康状况较好,患心理疾病的风险越小。

#### 4.2 建议

缓解全面二孩政策下育龄女性就业心理压力、提高育龄女性心理健康水平,需要个人、家庭和社会组织机构协同应对,共同施力。

首先,政府应以各级妇联机构、工会组织为主导,在全社会构建关注女性、尤其是育龄女性心理健康的优良环境,创设宽松的社会氛围。其次,应借助单位、社区等平台构建保护女性心理健康发展的心理服务网络,借助专业的心理咨询机构或者心理帮扶热线为其提供免费心理健康服务。最后,单位、家庭、社区要通过形式多样的社会活动,鼓励育龄女性认清角色、增强自信,增强自我效能感和心理承受能力。

#### 参考文献

- [1]Freud A.Ego and the Mechanisms of Defense [J].London:Hogarth press,1937,(23):45-68.
- [2]Edwards J R,Cooper C L.Research in stress,coping and health:Theoretical and methodological issues [J].Psychological Medicine,1988,18(1):15-20.
- [3]程一民.国民小学教师工作压力与因应方式之研究[D].台湾:台北市立师范学院初等教育研究所硕士论文,1997:1-65.
- [4]姜乾金.“应对”研究近况[J].中国临床医生,1999,27(11):17-18.
- [5]李百珍,李焕稳,王凯.教师应付方式及其与心理健康的相关研究[J].心理学探新,2004,24(3):62.
- [6]吴文峰,卢永彪.高校毕业生就业压力源分析[J].中国学校卫生,2006,4(4):349.