

大学生社会支持与主观幸福感的关系： 自我和谐中介作用

李志勇^{1,2}, 吴明证¹

(1.浙江大学心理与行为科学系, 浙江 杭州 310028; 2.淮南师范学院教育科学系, 安徽 淮南 232038)

【摘要】 目的:探讨大学生社会支持、自我和谐与主观幸福感之间的关系。方法:采用社会支持评定量表、自我和谐量表、生活满意度量表以及情感量表测量 360 名在校大学生。结果:①社会支持、自我和谐、生活满意度以及积极情感两两之间存在显著的正相关(r 在 0.12 至 0.28 之间, $P<0.05$); 社会支持、自我和谐与消极情感存在显著的负相关($r=-0.28, r=-0.47, P<0.001$)。②自我和谐在社会支持与生活满意度之间发挥着完全中介作用, 当自我和谐进入回归方程时, 社会支持对生活满意度的预测效应不再显著($\beta=0.10, t=1.87, P=0.06$); 自我和谐在社会支持与消极情感之间发挥着部分中介作用, 当自我和谐进入回归方程时, 社会支持对消极情感的预测效应从-0.28 降为-0.16($t=-3.21, P=0.001$)。③通过构建结构方程模型进一步验证了自我和谐是社会支持与主观幸福感关系中的中介变量。结论:社会支持通过自我和谐的中介影响主观幸福感。

【关键词】 自我和谐; 主观幸福感; 社会支持

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2010)03-0346-03

Relationship Between Social Support and Subjective Well-being: Mediator Role of Self-consistency and Congruence

LI Zhi-yong, WU Ming-zheng

Department of Psychology, Zhejiang University, Hangzhou 310028, China

【Abstract】 Objective: To study the relationship between social support, self-consistency and congruence, and subjective well-being of university students. **Methods:** 360 college students were measured with SSRS, SCCS, SWLS and PANAS. **Results:** ①Correlation analysis showed that, social support, self-harmony, life satisfaction and positive effects correlated positively with each other ($r=0.12\sim0.28, P<0.05$); While social support, self-harmony significantly negatively correlated with negative effects($r=-0.28, r=-0.47, P<0.001$). ②Hierarchical regression analysis showed that, self-harmony entirely mediated the effect of social support on life satisfaction, Once Self-harmony entered in the regression equation as a predictor, then the index of the effect of social support on life satisfaction was not significant ($\beta=0.10, t=1.87, P=0.06$); Self-harmony partially mediated the effect of social support on negative effects. Once Self-harmony entered in the regression equation as a predictor, then the index of the effect of social support on negative effects dropped from -0.28 to -0.16 ($t=-3.21, P=0.001$). ③Structural equation model found, self-harmony was a mediator factor between social support and subjective well-being. **Conclusion:** Social support affects subjective well-being through self-harmony.

【Key words】 Self-consistency and Congruence; Subjective well-being; Social support

国内外相关研究表明, 社会支持是主观幸福感的一个重要影响因素, 良好的社会支持与生活满意度、积极情感呈正向关系, 而与孤独、抑郁、焦虑等消极情感存在着负向关系^[1]。目前, 学者们不仅关注社会支持对主观幸福感的影响结果, 而且越来越重视社会支持对主观幸福感作用机制的研究。一些研究表明, 自尊、心理控制源等在社会支持与主观幸福感之间发挥着中介作用^[2,3]。社会支持不仅可以直接影响主观幸福感, 而且还可以通过调节自尊、心理控制源等心理变量, 最终影响主观幸福感。

自我和谐是 Rogers 人格理论中的重要概念之

一。根据 Rogers 的观点, 自我是个体的现象领域中与自身有关的知觉与意义。同时, 个体有着维持各种自我知觉之间的一致性, 以及协调自我与经验之间关系的机能, 而且个体所采取的行为大多数都与其自我概念相一致^[4]。因此, 自我和谐是指自我内部的协调一致以及自我与经验之间的协调^[5]。以往的研究表明, 社会支持影响着个体的自我和谐水平, 社会支持程度的差异直接影响到自我和谐水平的高低, 社会支持越好, 其自我和谐水平越高^[6]。同时, 自我和谐也影响着个体的主观幸福感, 自我和谐的差异将引起幸福感的变化^[7]; 以大学生为对象的研究发现, 自我和谐与主观幸福感呈正相关^[8]。因此, 本研究试图系统分析社会支持、自我和谐与主观幸福感

【基金项目】 教育部人文社会科学研究基金青年项目(06JXJLX005)

之间的关系,并验证自我和谐是否在社会支持与主观幸福感之间发挥着中介作用。

1 对象与方法

1.1 被试

被试为某高校 360 名在校本科生,共发放问卷 360 份,收回有效问卷 341 份,有效率为 94.7%。其中男生 145 人,女生 196 人。年龄为 20.69±1.32 岁。

1.2 测量工具

1.2.1 社会支持量表 采用肖水源编制的社会支持评定量表(SSRS),共 10 个条目,评分为 4 个维度,即客观支持、主观支持、对支持的利用度和总分^[8]。考虑到大学生的实际情况,对量表中的一些项目进行了修改。第 4、6、7 题中的“同事”改为“同学”;第 5 题中的“夫妻”改为“恋人”,同时删去了“女儿”一栏;第 6 题和第 7 题中的“配偶”改为“恋人”。对修改后的量表,进行了小样本相隔一个月的重测,结果 10 个项目的相关系数在 0.71-0.92 之间。

1.2.2 自我和谐量表 采用王登峰编制的自我和谐量表(SCCS)^[8]。该量表共有 35 个项目,包含 3 个分量表;自我与经验的不和谐、自我的灵活性、自我的刻板性。

1.2.3 主观幸福感量表 采用 Diener 编制的生活满意度量表(SWLS)^[9]和 Bradburn 等人编制情感量表(PANAS)^[8]。其中,生活满意度量表用于评价主观幸福感的认知维度,共 5 个项目,采用 7 点计分。情感量表用于测量主观幸福感的情感维度,包括积极情感和消极情感,共有 10 个项目。

1.3 统计方法

采用 SPSS13.0 和 Amos5.0 进行统计分析。

2 结 果

2.1 社会支持、自我和谐与主观幸福感的关系

从表 1 可以看出,社会支持、自我和谐、生活满意度以及积极情感两两之间存在显著的正相关;社会支持、自我和谐与消极情感存在显著的负相关。

表 1 社会支持、自我和谐与主观幸福感的关系

| | M±SD | 社会支持 | 自我和谐 | 生活满意度 | 积极情感 |
|-------|--------------|----------|----------|----------|--------|
| 社会支持 | 39.05±5.24 | - | | | |
| 自我和谐 | 119.94±11.66 | 0.28*** | - | | |
| 生活满意度 | 17.01±5.20 | 0.17** | 0.25*** | - | |
| 积极情感 | 2.68±1.03 | 0.12* | 0.12* | 0.22*** | - |
| 消极情感 | 1.68±1.38 | -0.28*** | -0.47*** | -0.30*** | -0.14* |

注: *P<0.05, **P<0.01, ***P<0.001,下同。

2.2 自我和谐在社会支持与主观幸福感之间的中介作用分析

以社会支持为自变量对自我和谐进行回归分析,回归方程 F 值显著(F=29.66,P<0.001),标准回归系数为 0.28 (t=5.45,P<0.001)。分析结果见表 2,3,4。

由表 2,3,4 可知,以生活满意度为因变量进行分层回归分析时,当自我和谐进入回归方程后,社会支持对生活满意度的预测效应不再显著。进一步 Sobel 检验表明,自我和谐在社会支持与生活满意度之间发挥着完全中介作用(Z=3.33,P<0.05)。以积极情感为因变量进行分层回归分析时,当自我和谐进入回归方程后,社会支持与自我和谐对积极情感的预测效应均不显著。进一步 Sobel 检验表明,自我和谐在社会支持与积极情感之间没有起到中介作用(Z=1.53,P>0.05)。以消极情感为因变量进行分层回归分析时,当自我和谐进入回归方程后,社会支持对消极情感的预测作用下降。进一步 Sobel 检验表明,自我和谐在社会支持与消极情感之间发挥着部分中介作用(Z=-4.58,P<0.05)。

为了进一步验证自我和谐起着中介作用的结论,研究假定社会支持通过自我和谐影响主观幸福感,构建结构方程模型进行拟合。分析结果参见附图。 $\chi^2=27.04, \chi^2/df=2.25, NFI=0.90, NNFI=0.90, CFI=0.94, RMSEA=0.06$ 。

表 2 自我和谐对社会支持与生活满意度的中介作用

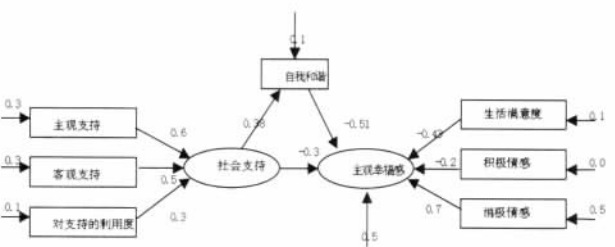
| | 自变量 | R ² | F 值的变化 | 标准回归系数 β | t |
|-----|------|----------------|----------|----------|---------|
| 第一步 | 社会支持 | 0.03 | 9.59*** | 0.17 | 3.10** |
| 第二步 | 社会支持 | 0.07 | 13.56*** | 0.10 | 1.87 |
| | 自我和谐 | | | 0.23 | 4.13*** |

表 3 自我和谐对社会支持与积极情感的中介作用

| | 自变量 | R ² | F 值的变化 | 标准回归系数 β | t |
|-----|------|----------------|--------|----------|-------|
| 第一步 | 社会支持 | 0.015 | 5.20* | 0.12 | 2.28* |
| 第二步 | 社会支持 | 0.02 | 3.87* | 0.10 | 1.74 |
| | 自我和谐 | | | 0.09 | 1.59 |

表 4 自我和谐对社会支持与消极情感的中介作用

| | 自变量 | R ² | F 值的变化 | 标准回归系数 β | t |
|-----|------|----------------|----------|----------|----------|
| 第一步 | 社会支持 | 0.08 | 28.71*** | -0.28 | -5.36*** |
| 第二步 | 社会支持 | 0.25 | 55.43*** | -0.16 | -3.21** |
| | 自我和谐 | | | -0.43 | -8.71*** |



附图 自我和谐在社会支持与主观幸福感之间的中介作用模型

3 讨 论

研究发现,良好的社会支持会导致较高的自我和谐水平,进而提高主观幸福感。社会支持没有直接导致生活满意度的提高,而是通过自我和谐中介作用影响生活满意度。原因可能在于,自我和谐本身与生活满意度存在着密切关系。池丽萍的一项研究指出,幸福感既有认知成分,也有情感成分。而自我和谐与认知发展、健全人格养成等多方面密切相关^[10]。社会支持既可以直接影响消极情感,还可以通过自我和谐的中介作用对消极情感产生间接影响。消极情感体验的多少是心理健康水平的重要标志。邓丽芳、郑日昌研究表明,消极情感与所有心理症状因子呈显著正相关,并且消极情感对强迫、人际关系、抑郁、焦虑、敌对、偏执等因子均构成显著回归效应^[11]。社会支持作为一种情境或环境因素,其缓冲模型认为,社会支持可以通过调节其它因素,缓冲压力事件对身心的消极影响,保持与提高个体的心理健康水平。因此,社会支持通过自我和谐的中介作用影响消极情感,从而影响心理健康水平。

参 考 文 献

- 1 Luo LU. The relationship between subjective well-being and

(上接第345页)

求上容易得到满足,教师倾向于为了良好的情感关系而留职工作。

在氛围、发展和管理承诺上,活力型学校显著高于凝聚型学校。凝聚型学校虽然有较高的情感性氛围,但其组织性氛围不足。在目前的教育评估条件下,学校的发展主要体现在教育教学水平的提高等方面,因此,教师的发展和需求在活力型学校中更容易得到满足,进而促进学校气氛,包括组织性气氛和情感性气氛的良性发展。

参 考 文 献

- 1 Anita WH, Wayne KH, 著. 徐辉,等译. 教学领导-基于研究通向成功的指南(第二版). 北京:中国轻工出版社,2006
- 2 Meyer JP, Stanley DJ, Herscovitch L, Topolnysky L. Affective, Continuance, and normative commitment to the organization: A meta-analysis of antecedents, correlates, and consequences. *Journal of Vocational Behavior*, 2002, 61: 20-52
- 3 Masao T, Hiroto T, Masahiro I, Kei M. A study of antecedents of organizational commitment. *Japanese Psychological Research*, 2002, 40(4): 198-205
- 4 田宝,赵志航. 学校组织气氛对教师组织承诺的预测效应.

- psychological variables in Taiwan. *The Journal of Social Psychology*, 1995, 135(5): 351-357
- 2 严标宾,郑雪. 大学生社会支持、自尊和主观幸福感的关系研究. *心理发展与教育*, 2006, 3: 60-64
- 3 曹科岩,曾亚纯. 大学生社会支持、心理控制源与主观幸福感的关系. *中国临床心理学杂志*, 2007, 16(2): 195-197
- 4 Rogers CR. *Client-centered therapy*. London: Constable and Company, 1951
- 5 Rogers CR. A tentative scale for the measurement of process in psychotherapies. *Contemporary psychotherapies*. New York: Free Press, 1961. 184-256
- 6 马娟,李义安. 大学生社会支持与自我和谐的关系研究. *中国健康心理学杂志*, 2008, 16(7): 745-746
- 7 郭志峰. 大学生自我和谐与综合幸福感的关系研究. 北京师范大学心理系硕士论文, 2005
- 8 汪向东,王希林,马弘,等. 心理卫生评定量表手册. *中国心理卫生杂志*, 1999. 127-131, 314-318, 82-83
- 9 郑雪,严标宾,邱琳,等著. 幸福心理学. 广州:暨南大学出版社, 2004. 53-65
- 10 池丽萍,辛自强. 幸福感:认知与情感成分的不同影响因素. *心理发展与教育*, 2002, 2: 27-32
- 11 邓丽芳,郑日昌. 大学生的情绪向性、表达性与心理健康关系的研究. *心理发展与教育*, 2003, 2: 69-72

(收稿日期:2009-11-25)

心理发展与教育, 2006, 3: 87-92

- 5 赵必华,王广,张翔. 中小学教师组织气氛知觉与组织承诺:现状与关系. *宁波大学学报*, 2008, 30(1): 44-48
- 6 陈志雄. 中小学校组织气氛的实证研究. *教育导刊*, 2010, 2: 34-37
- 7 乐国安,虹艳,王晓庄. 组织承诺研究综述. *应用心理学*, 2006, 12(1): 84-90
- 8 潘素霜. 组织支持知觉及其前因变量与员工忠诚的关系研究. 同济大学, 2005. 10
- 9 刘小平,王重鸣. 组织承诺影响因素的模拟实验研究. *南开管理评论*, 2003, 4: 97-100
- 10 Larry WH, James BA, Steven MN. A study of supportive climate, trust, engagement and organizational commitment. *Journal Business and Leadership: Research, Practice and Teaching*, 2008, 4(2): 51-59
- 11 Brown SP, Leigh TW. A new look at psychological climate and its relationship to job involvement, effort, and performance. *Journal of Applied Psychology*, 1996, 81(4): 358-368
- 12 Krista LL, Kelly SE. Psychological climate, organizational commitment and morale: Implications for army captains' career intent. *Military Psychology*, 2008, 20: 219-236

(收稿日期:2010-02-08)