

# 大学生生活事件、应对方式和主观幸福感之间的关系

罗伟, 孙雅娜, 王滨

(河南大学教育科学学院, 河南 开封 475004)

**【摘要】** 目的: 探讨大学生生活事件、应对方式和主观幸福感之间的关系。方法: 对 240 名大学生进行青少年生活事件量表、应对方式问卷和主观幸福感量表的测试。结果: 生活事件、应对方式和主观幸福感各维度之间的相关有显著性意义。应对方式是生活事件和主观幸福感关系的中介变量。经应对方式的调节, 生活事件对主观幸福感有很强的间接影响。结论: 生活事件和应对方式协同作用影响主观幸福感。

**【关键词】** 生活事件; 应对方式; 主观幸福感; 大学生

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2007)04-0405-02

Relationship Among College Students' Life Events, Coping Styles and Subjective Well-being

LUO Wei, SUN Ya-na, WANG Bin

College of Education, Henan University, Kaifeng 475004, China

**【Abstract】** Objective: To research the relationship of stressful life events, coping styles and subjective well-being. Methods: 245 college students were collected as sample. They were assessed with Adolescent Self-Rating Life Events check list, coping styles questionnaire, SWLS and PANAS. Results: There were statistically significant correlation among life events, coping styles and dimensions of subjective well-being. Coping styles was the modulator between life events and subjective well-being. Stressful life events influenced the subjective well-being indirectly with the moderator of coping styles. Conclusion: Life events and coping styles cooperately give effect to the subjective well-being.

**【Key words】** Life events; Coping styles; Subjective well-being; College students

主观幸福感(Subjective Well-Being, SWB)是指个体根据自定的标准对其生活质量进行整体性评估而产生的体验。主要由情感和认知两种基本成分构成, 其中情感成分包括积极情感和消极情感两个相对独立的维度, 认知成分则指个体对自己生活满意程度的评价<sup>[1]</sup>。

目前许多研究都有一个共同的假设: 重要的生活事件会引起主观幸福感的变化。一般来说, 良性事件与正性情感相连, 恶性事件与负性情感相连。生活事件对主观幸福感有一定的影响, 不过客观的外界因素往往是通过主观加工而起作用的, 许多研究证实了这一点<sup>[2-4]</sup>。应对是一种积极主动的心理过程。人格对主观幸福感有重要影响<sup>[5]</sup>。应对的自我心理学模式将其作为人格的一个方面或部分<sup>[6]</sup>。运用理性行为、对事件进行积极评价、解决问题以及寻求帮助等积极应对策略的人主观幸福感水平较高。作为个体内在因素的应对方式对主观幸福感有一定的影响<sup>[7]</sup>。

本研究旨在探讨生活事件、应对方式与主观幸福感之间的关系。

## 1 方 法

### 1.1 被试

采取整群抽样的方法, 选取河南大学不同年级文理科共 240 名本科生。发放问卷 240 份, 收回有效问卷 218 份, 有效率为 90.8%。其中男生 98 人, 女生 106 人, 14 人未注明性别。年龄 20.4 ± 1.25 岁。

### 1.2 研究工具

1.2.1 青少年生活事件量表<sup>[8]</sup> 该量表包括六个分量表: 人际关系、学习压力、受惩罚、丧失、健康适应、其它, 采用五级评分法, 各分量表分为所含条目分数之和。

1.2.2 应对方式问卷<sup>[9]</sup> 62 道题目, 包括六个分量表, 分别是解决问题、自责、求助、幻想、退避、合理化。

1.2.3 主观幸福感量表 该量表由生活满意度量表(SWLS)和情感平衡量表(PANAS)组成。生活满意度量表由 Diener 等人编制, 用于评价主观幸福感的认知成份。情感平衡量表由 Bradburn 等人编制, 用于测量积极情感和消极情感。要求被试回答在最近两周里所体验到的情感。

1.2.4 数据处理 通过 SPSS 13.0 和 AMOS 5.0 处理全部数据。

## 2 结 果

### 2.1 生活事件、应对方式及主观幸福感的相关分析

生活事件与生活满意度之间有显著负相关,和消极情感之间正相关极显著,与应对方式量表中的

五个因子都相关极显著;应对方式多个因子与主观幸福感之间也存在显著相关。

表1 生活事件、应对方式和主观幸福感各个维度的相关矩阵

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 生活事件	—									
2 生活满意度	-0.375**	—								
3 积极情感	-0.132	0.387**	—							
4 消极情感	0.386**	-0.389**	-0.136*	—						
5 解决问题	-0.219**	0.284**	0.262**	-0.356**	—					
6 自责	0.449**	-0.387**	-0.206**	0.522**	-0.320**	—				
7 求助	-0.059	0.216**	0.184**	-0.029	0.156**	-0.153*	—			
8 幻想	0.329**	-0.152*	0.019	0.340**	-0.197**	0.430**	0.095	—		
9 退避	0.290**	-0.247**	-0.118	0.401**	-0.265**	0.455**	-0.048	0.440**	—	
10 合理化	0.186**	-0.059	0.073	0.228**	0.003	0.274**	0.293**	0.293**	0.415**	—

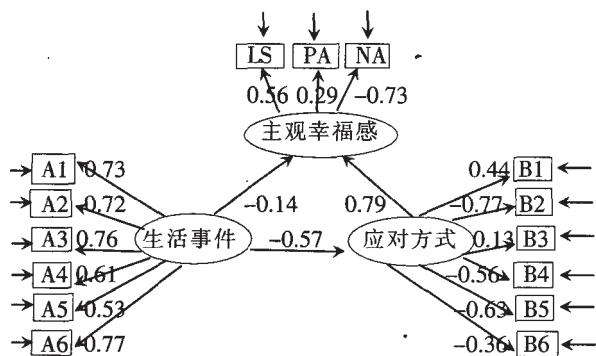
注:\* $P<0.5$ ,\*\* $P<0.01$ ,\*\*\* $P<0.001$ ,下同。

## 2.2 生活事件、应对方式与主观幸福感之间的路径分析

为探讨生活事件、应对方式和主观幸福感之间的关系,采用结构方程的方法进行数据分析。按照生活事件直接影响应对方式和主观幸福感、应对方式直接影响主观幸福感设定模型,经最大似然估计,得到该模型主要拟合指标  $\chi^2/df=2.748$ ,  $GFI=0.863$ ,  $AGFI=0.811$ ,  $CFI=0.842$  等。综合各种指标可以确定,按照假设所设定的模型对数据的拟合良好。模型路径系数见附图,回归效应见表2。

表2 生活事件、应对方式和主观幸福感间结构化回归效应

回归效应	应对方式	主观幸福感	生活满意度	积极情感	消极情感
生活事件					
总效应	-0.57	-0.59	-0.33	-0.17	0.42
直接效应	-0.57***	-0.14			
间接效应		-0.45	-0.33	-0.17	0.42
应对方式					
总效应		0.79	0.44	0.23	-0.57
直接效应		0.79***			
间接效应			0.44	0.23	-0.57



附图 生活事件、应对方式和主观幸福感之间的路径关系

生活事件对应对方式的回归效应显著,表明生活事件能很好的预测应对方式。应对方式对主观幸

福感的回归效应值显著,表明应对方式越好,主观幸福感越强。应对方式的介入增强了生活事件对主观幸福感的影响,调节效应成立。而且负性生活事件的发生使主观幸福感降低,但直接的影响并不显著,负性生活事件导致不良的应对方式,不良的应对方式使生活事件显著影响个体的主观幸福感。

## 3 讨 论

### 3.1 生活事件和应对方式对主观幸福感的影响

目前,生活事件是否影响主观幸福感尚未形成一致看法,本研究结果表明,生活事件对主观幸福感直接的影响并不显著。已有研究表明个体能很快适应许多环境,Suh, Diener 和 Fujita 发现许多重大生活事件在不到三个月的时间内便失去了对主观幸福感的影响效果<sup>[2]</sup>。这与国内严标宾等人的研究结果也相一致<sup>[9]</sup>。虽然简单的相关分析表明,生活事件与主观幸福感的生活满意度和消极情感两维度有高相关,但简单的相关分析可能会掩盖变量之间复杂的关系。研究表明外部因素只能解释主观幸福感变异的15<sup>[1]</sup>。个体内在因素影响主观幸福感。

结果表明应对方式和主观幸福感之间存在密切的关系,作为个体的内在因素,对主观幸福感有较好的预测作用。这与已有的相关研究结果一致<sup>[10,11]</sup>。使用解决问题这种积极的应对方式会提高个体的主观幸福感水平,而使用消极应对方式则会降低个体的幸福感水平。

### 3.2 应对方式的调节作用

研究发现生活事件与应对方式整合在一起协同作用。应对方式作为中介变量,调节个体对生活事件的反应。作为外在因素的生活事件对主观幸福感的

(下转第429页)

## 参 考 文 献

- 1 Beers MH, Berkow R. The Merck Manual of diagnosis and therapy, 17th Edition (Centennial Edition). New York: Lippincott Williams and Wilkins Press, 1999
- 2 吴艳茹, 肖泽萍. 分离性身份识别障碍的相关临床问题. 上海精神医学, 2004, 16(4): 246-248
- 3 朱晓红. 学龄儿童“多重、双重人格”形成原因初探. 内蒙古师范大学学报(教育科学版), 2004, 17(1): 78-80
- 4 International Society for the Study of Dissociation. Guidelines for treating dissociative identity disorder in adults. Journal of Trauma and Dissociation, 2005, 6(4): 69-150
- 5 Kluft RP. An overview of the psychotherapy of dissociative identity disorder. American Journal of Psychotherapy, 1999, 53(3): 289-319
- 6 黄明生, 刘协和. 精神疾病诊疗手册. 北京: 人民卫生出版社, 2000. 427-435
- 7 Poythress NG, Skeem JL, Lilienfeld SO. Associations among early abuse, dissociation, and psychopathy in an offender sample. Journal of Abnormal Psychology, 2006, 115(2): 288-287
- 8 Kluft RP. Treatment of multiple personality disorder: A study of 33 cases. Psychiatric Clinics of North America, 1984, 7(1): 9-29
- 9 Putnam FW. Dissociation in children and adolescents: A developmental perspective. New York: Guilford Press, 1997
- 10 Liotti G. Disorganization of attachment as a model of understanding dissociative psychopathology. In Solomon J and George C. Attachment disorganization. New York: Guilford Press, 1999. 281-317
- 11 Liotti G. Trauma, dissociation, and disorganized attachment three strands of a single braid. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 2004, 41(4): 472-486
- 12 Thomas PM. Protection, dissociation and internal roles: Modeling and treating the effects of child abuse. Review of General Psychology, 2003, 7(4): 364-380
- 13 Thomas PM. Dissociation and internal models of protection psychotherapy with child abuse survivors. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 2005, 42(1): 20-36
- 14 Steele K, van der Hart O, Nijenhuis ERS. Phase-oriented treatment of structural dissociation in complex traumatization: Overcoming trauma-related phobias. Journal of Trauma and Dissociation, 2005, 6(3): 11-53
- 15 van der Hart O, Nijenhuis ERS, Steele K, et al. Trauma-related dissociation: Conceptual clarity lost and found. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 2004, 38(11-12): 906-914
- 16 American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th ed., Text Revision. Washington, DC: American Psychiatric Association Press, 2000
- 17 Gold SN. The relevance of trauma to general clinical practice. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 2004, 41(4): 363-373
- 18 阎燕燕, 孟宪璋. 童年创伤和虐待与成年精神障碍. 中国临床心理学杂志, 2005, 13(2): 208-209
- 19 陈静, 施琪嘉. 青年群体分离体验与儿童期创伤间的相关研究. 医学与社会, 2006, 19(5): 44-48
- 20 于宏华, 傅文青, 曹文胜, 等. 大学生 B 群人格障碍患者童年期创伤性经历的研究. 中国临床心理学杂志, 2006, 14(6): 593-595
- 21 Dorahy MJ. Dissociative Identity Disorder and memory dysfunction: The current state of experimental research and its future directions. Clinical Psychology Review, 2001, 21(5): 771-795
- 22 van der Hart O, Bolt H, van der Kolk BA. Memory fragmentation in Dissociative Identity Disorder. Journal of Trauma and Dissociation, 2005, 6(1): 55-70

(收稿日期:2006-12-27)

(上接第 406 页)

影响只是起着应激源的作用, 个体内部具有的应对方式所起的调节作用对主观幸福感的影响极为重要。从结果中可以看到, 生活事件对主观幸福感的直接影响并不显著, 但通过应对方式的调节产生的间接影响则很大, 这基本上证实了我们的假设。

## 参 考 文 献

- 1 Diener E. Subjective well-being. American Psychologist, 2000, 55(1): 34-43
- 2 段建华. 主观幸福感概述. 心理学动态, 1996, 4(1): 46-50
- 3 李幼穗, 吉楠. 主观幸福感研究的新进展. 天津师范大学学报(社会科学版), 2006, 2: 70-74
- 4 钟霞, 姜乾金, 钱丽菊, 等. 医务人员压力反应与社会支持、生活事件、应对方式的相关研究. 中国临床心理学杂志, 2005, 13(1): 70-72
- 5 郑雪, 王玲, 邱林, 等. 大学生主观幸福感及其与人格特征的关系. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(2): 105-107
- 6 叶一舵, 申艳娥. 应对及应对方式研究综述. 心理科学, 2002, 55(6): 755-757
- 7 吴明霞. 30 年来西方关于主观幸福感的理论发展. 心理学动态, 2000, 8(4): 23-28
- 8 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册. 中国心理卫生杂志(增刊), 1999. 106-115
- 9 严标宾, 郑雪, 邱林. 大学生主观幸福感的影响因素研究. 华南师范大学学报(自然科学版), 2003, 2: 137-142
- 10 Rim Y. Happiness and coping styles. Personality and individual difference, 1993, 14: 617-618
- 11 岳颂华, 张卫, 黄红清, 等. 青少年主观幸福感、心理健康及与应对方式的关系. 心理发展与教育, 2006, 3: 93-98

(收稿日期:2007-01-30)