

# 大学生压力、应对方式、社会支持与主观幸福感关系的结构模型

陈立芳, 马绍斌, 范存欣

(暨南大学医学院医学心理与行为科学教研室, 广东 广州 510632)

**【摘要】** 目的:探讨大学生压力、应对方式、社会支持与主观幸福感的关系。方法:对广州市 8 所高校 1773 名大学生采用 Campbell 幸福感受量表、大学生压力量表、简易应对方式问卷、社会支持评定量表进行问卷调查并依此构建结构方程模型。结果:结构方程模型拟合指数理想: $\chi^2/df$  为 2.837,GFI,AGFI,NFI,NNFI,CFI 均大于 0.9, RMSEA 为 0.032。压力、消极应对方式对幸福感具有负效应(总体效应分别为-0.377,-0.130)。社会支持、积极应对方式对幸福感具有正效应(总体效应分别为 0.286,0.277)。结论:压力、应对方式、社会支持是主观幸福感的重要预测变量。

**【关键词】** 主观幸福感; 压力; 应对方式; 社会支持; 结构方程模型

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2009)03-0266-03

## A Structural Equation Model of Stress, Coping Style, Social Support and Subjective Well-being for College Students

CHEN Li-fang, MA Shao-bin, FAN Cun-xin

Department of Medical Psychology and Behavioral Science, Medical College, Jinan University, Guangzhou 510632, China

**【Abstract】 Objective:** To explore the association between stress, coping style, social support and subjective well-being (SWB) of college Students. **Methods:** 1773 college students from 8 colleges in Guangzhou were tested with Index of Well-being Questionnaire, College Students' Stress Scale, Simplified Coping Style Questionnaire(SCSQ) and Social Support Rating Scale (SSRS). And structural equation model (SEM) was built based on the data. **Results:** SEM revealed  $\chi^2/df=2.837$ , RMSEA=0.032, and indexes of GFI, AGFI, NFI, NNFI, CFI were all above 0.9. Stress and passive coping style had passive effect on SWB (the overall regression weights were -0.377 and -0.130 respectively). Social support and positive coping style had positive effect on SWB (the overall regression weights were 0.286 and 0.277 respectively). **Conclusion:** Stress, coping style and social support are important forecast variables of SWB.

**【Key words】** Subjective well-being; Stress; Coping style; Social support; Structure equation modeling

主观幸福感是个体根据自定的标准对自己的生活质量的整体评价<sup>[1]</sup>。大学生主观幸福感的状况是大学生生活质量状况的反映,幸福感高对大学生身心健康和发展成长具有积极的影响和作用。现有研究表明,整体上大学生的生活满意度处于中等以上,在情感体验中,大学生的积极情感较多,消极情感较少,但是仍有一定数量的大学生主观幸福感水平较低,这部分人的比例在 10%左右<sup>[2]</sup>。目前关于大学生压力和主观幸福感及其中介变量的研究还很少,本研究利用结构方程模型研究多变量直接和间接效应等优势,构建大学生压力和主观幸福感及其他中介变量的效应模型,为大学生们的心理健康教育提供科学依据。

### 1 对象与方法

#### 1.1 对象

采用分层整群抽样方法于 2008 年 4~6 月抽取

广州市八所大学在读本科生作为调查对象,在被调查单位配合下,由经统一培训的调查人员集中发放并当场收回问卷。共发放问卷 1950 份,获得有效问卷 1773 份,有效率为 90.92%。其中男生 775 人,女生 998 人;一年级 468 人,二年级 451 人,三年级 699 人,四年级 155 人;综合院校(暨南大学和中山大学)692 人,专门性质的院校(华南师范大学、广东外国语学院、南方医科大学、广东工业大学)798 人,普通院校(广东金融学院和仲恺农业技术学院)283 人。平均年龄 21.18±1.43 岁。

#### 1.2 研究工具

1.2.1 Campbell 幸福感受量表<sup>[3,4]</sup> 该量表用于测查受试者目前所体验到的幸福程度,包括总体情感指数(8 个项目,权重为 1)和生活满意度指数(1 个项目,权重为 1.1)两个维度(分量表)。

1.2.2 大学生压力量表<sup>[5]</sup> 李虹编写,该量表由 30 个题目组成,可以分为学习压力,个人压力,消极生活事件三个分量表。

通讯作者:马绍斌

1.2.3 简易应对方式问卷 (SCSQ)<sup>[3]</sup> 该问卷包括 20 个条目,分为积极应对和消极应对两个分量表。

1.2.4 社会支持评定量表(SSRS)<sup>[3]</sup> 该量表包括主观支持、客观支持、对支持的利用度三个维度。根据大学生的实际情况,对量表进行了相应修订。

1.3 统计分析

采用 SPSS13.0 软件进行一般描述性分析,相关

分析;结构方程建模用 LISREL8.7 完成。

2 结 果

2.1 相关分析

从各变量的相关矩阵发现,除消极应对与社会支持三个维度的相关没有统计学意义,其余两两之间的相关均有统计学意义( $P<0.01$ )。详见表 1。

表 1 大学生幸福感各维度与压力、应对方式、社会支持的相关矩阵( $r$ )

|          | 1        | 2        | 3        | 4        | 5        | 6       | 7      | 8       | 9       | 10 |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|---------|--------|---------|---------|----|
| 1 总体情感   | —        |          |          |          |          |         |        |         |         |    |
| 2 生活满意度  | 0.648**  | —        |          |          |          |         |        |         |         |    |
| 3 个人压力   | -0.374** | -0.308** | —        |          |          |         |        |         |         |    |
| 4 学习压力   | -0.251** | -0.202** | 0.623**  | —        |          |         |        |         |         |    |
| 5 消极事件   | -0.171** | -0.155** | 0.484**  | 0.492**  | —        |         |        |         |         |    |
| 6 积极应对   | 0.387**  | 0.308**  | -0.147** | -0.068** | -0.144** | —       |        |         |         |    |
| 7 消极应对   | -0.185** | -0.108** | 0.297**  | 0.207**  | 0.171**  | 0.133** | —      |         |         |    |
| 8 主观支持   | 0.349**  | 0.267**  | -0.242** | -0.109** | -0.091** | 0.327** | -0.042 | —       |         |    |
| 9 客观支持   | 0.272**  | 0.226**  | -0.154** | -0.024** | -0.084** | 0.273** | -0.042 | 0.389** | —       |    |
| 10 支持利用度 | 0.337**  | 0.238**  | -0.122** | -0.044** | -0.075** | 0.362** | -0.20  | 0.357** | 0.249** | —  |

注:\*\* $P<0.01$

2.2 结构方程模型的估计和评价

有研究<sup>[6]</sup>表明,生活事件、社会支持、应对方式对心理健康有直接效应,社会支持、应对方式是心理应激过程的中介因素。结合应对方式是应激和幸福感的中介变量理论<sup>[7]</sup>和社会支持是压力和身心健康关系的中介变量理论<sup>[8]</sup>,根据结构方程模型的构建思路<sup>[9]</sup>,做出以下假设:①压力、应对方式、社会支持对幸福感有直接影响;②压力通过应对方式、社会支持对幸福感产生间接作用;③社会支持通过应对方式对幸福感有间接影响。在模型拟合中采用最大似然法进行估计,根据变量间的关系及模型拟和的指标,对模型进行修正,得到关于压力、社会支持、积极应对、消极应对与幸福感的整合模型。

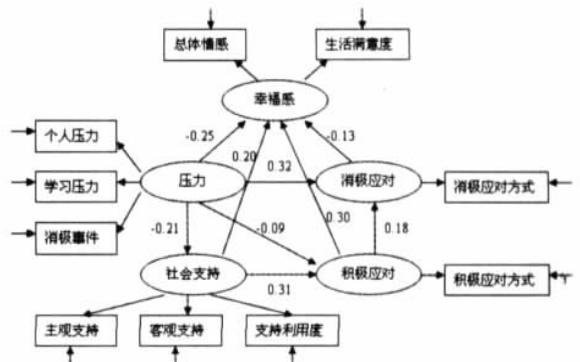
构建模型发现,社会支持到消极应对的路径系数为-0.04( $t=-2.01$ ),删除这一条路径,得到模型 2,初始模型 1 与模型 2 的拟合结果见表 2。可见,模型 1 和 2 的各项指标均达到较好,模型拟合得比较理想。模型 2 是模型 1 的嵌套模型,运用似然比,通过两个模型拟合优度的卡方检验值及其自由度计算其差异以取得卡方统计量及其自由度,如果卡方值比其自由度变化大,就说明模型中的变化是一种改善<sup>[10]</sup>。模型 2 比模型 1 自由度增加了 1,卡方值增加了 3.57,两者卡方值变化不显著( $P>0.05$ ),根据模型选择的节俭原则,选择模型 2,见附图。

由拟合的结构方程模型表明,压力、应对方式、社会支持对主观幸福感均有显著性的影响。进一步

分解压力、应对方式、社会支持对幸福感的效应,发现压力对幸福感具有最强的负向效应(总体效应为-0.377,其中直接效应为-0.250,通过社会支持、积极应对、消极应对的间接效应为-0.127)。社会支持对幸福感具有最强的正效应(总体效应为 0.286,其中直接效应为 0.200,经积极应对、消极应对的间接效应为 0.086)。积极应对方式对幸福感具有显著的正向预测作用(总效应为 0.277,其中直接效应为 0.300,经消极应对的间接效应为-0.023),而消极应对方式对幸福感具有直接的负向预测作用(直接效应为-0.130)。

表 2 模型拟合的主要指标

| 指标   | $\chi^2$ | df | RMSEA | GFI  | AGFI | NFI  | NNFI | CFI  |
|------|----------|----|-------|------|------|------|------|------|
| 模型 1 | 64.51    | 23 | 0.032 | 0.99 | 0.98 | 0.99 | 0.99 | 0.99 |
| 模型 2 | 68.08    | 24 | 0.032 | 0.99 | 0.98 | 0.99 | 0.99 | 0.99 |



附图 压力、社会支持、积极应对、消极应对与主观幸福感的结构模型

### 3 讨 论

上述分析中,压力对主观幸福感具有最强的消极作用,压力直接对幸福感产生负面影响,也通过社会支持、应对方式对其产生影响。由模型还可看到,压力对社会支持、积极应对有负效应,对消极应对有显著的正效应。

本研究结果显示,社会支持对主观幸福感既有直接的积极影响,又在压力和主观幸福感之间起中介作用,验证了心理学家关于社会支持的“主效果”模型和“缓冲器”模型<sup>[11]</sup>。“主效果”模型认为,社会支持在于平时维持个体良好的情绪体验和身心状况,从而有益于心理健康。“缓冲器”模型认为,社会支持仅在应激条件下与个体身心健康发生联系,它缓冲压力事件对身心状况的消极影响,保持与提高个体身心健康水平。本研究分析得出社会支持对积极应对方式的影响大于对消极应对方式的影响,良好的社会支持更有助于个体采用积极的应对方式。

在影响主观幸福感的中介系统中,应对方式是重要的协调变量,积极应对方式对主观幸福感的体验起促进作用,而消极应对方式会降低幸福感。值得注意的是积极应对方式对幸福感具有显著的正效应,而消极应对方式对幸福感有负效应,但影响较小。有研究<sup>[12]</sup>结果发现幸福感与积极应对方式存在显著正相关,而与消极应对方式不存在显著相关。而有研究<sup>[6,13]</sup>分析得出消极应对较积极应对对心理症状影响更大,黄晓艳的研究<sup>[14]</sup>也发现幸福感为因变量的回归方程中消极应对比积极应对的权重大,和本研究结果不同。黄晓艳还发现退避、自责与主观幸福感负相关,幻想却可以对主观幸福感有积极的影响,可见,在消极应对方式中,具体不同的消极应对对幸福感产生的影响不同。总的来说,应鼓励和引导大学生采用积极的应对方式,避免和纠正消极

的应对方式。

### 参 考 文 献

- 1 Diener ES, Eunkook M, Richard LE, et al. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 1999, 125(2):276-302
- 2 徐媛. 大学生主观幸福感的影响因素及其培养策略. *法制与社会*, 2007, 7: 620-621
- 3 汪向东, 王希林, 马宏, 等. *心理卫生评定量表手册(增订版)*. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999. 82-83, 122-124, 127-131
- 4 李靖, 赵郁金. Campbell 幸福感量表用于中国大学生德测试报告. *中国临床心理学杂志*, 2000, 8(4): 224-226
- 5 李虹, 梅锦荣. 大学生压力量表的编制. *应用心理学*, 2007, 18(1): 27-32
- 6 余欣欣, 郑雪. 初中生应激生活事件、社会支持、应对方式与心理症状关系的结构模型. *中国心理卫生杂志*, 2008, 22(2): 83-86
- 7 罗伟, 孙雅娜, 王滨. 大学生生活事件、应对方式和主观幸福感之间的关系. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(4): 405-406, 429
- 8 王柳生. 社会支持: 调节变量还是中介变量? *中外健康文摘*, 2008, 1: 164-165
- 9 侯杰泰, 温忠麟, 成子娟. *结构方程模型及其应用*. 北京: 教育科学出版社, 2004. 125, 132-133
- 10 柳恒超, 许燕, 王力. 结构方程模型应用中模型选择的原理和方法. *心理学探新*, 2007, 27(1): 75-78
- 11 Cohen S, Wills TA. Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychol Bull*, 1985, 98(2): 310-357
- 12 张建人, 黄懿. 大学生社会支持、应对方式及其与主观幸福感的关系. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(6): 629-631
- 13 李金钊. 应对方式、社会支持和心理压力对中学生心理健康的影响研究. *心理科学*, 2004, 27(4): 980-982
- 14 黄晓艳. 高中生主观幸福感与人格、父母教养方式、应对方式、生活事件的相关研究. *中国优秀博硕士学位论文全文数据库*, 2007

(收稿日期:2008-10-30)

(上接第 265 页)

- 12 祝蓓里, 戴忠恒. 卡氏十六种人格因素中国常模的修订. *心理科学通讯*, 1988, 6: 14
- 13 Meeus W, Iedema J, Helsen M, Vollebergh W. Patterns of adolescent identity development: Review of literature and longitudinal analysis. *Developmental Review*, 1999, 19: 419-461
- 14 Sartor CE, Youniss J. The relationship between positive parental involvement and identity achievement during ado-

- 15 lescence. *Adolescence*, 2002, 37: 221-234
- 15 Susanne B, Ann E. Adolescent identity formation: A Swedish study of identity status using the EOM-EIS-II, *Adolescence*. Roslyn Heights: Summer, 2005, 40(158): 377
- 16 Ali Y. Gender role influences on Turkish adolescents' self-identity, *Adolescence*. Roslyn Heights: Spring, 1997, 32(125): 217

(收稿日期:2008-12-25)