

Mediation Role of Self-Regulatory between College Students' Self-Concept and Social Adjustment

Mengyao Xing, Gongxiang Chen

Department of Psychology, Jinan University, Jinan
Email: xing_mengyao@163.com

Received: May 4th, 2012; revised: May 18th, 2012; accepted: May 28th, 2012

Abstract: Objective: To investigate Self-regulatory fully or partially mediates the relationship between Self-concept and social adjustment. **Methods:** A total of 320 college students were investigated by Self-regulatory Questionnaires, Self-concept Questionnaires and social adjustment Questionnaires. **Results:** 1) Self-concept and Self-regulatory was significantly positively related to social adjustment and Self-concept could predict social adjustment positively; 2) The mediatory effect between social adjustment and Self-concept was significant. **Conclusion:** Self-concept could predict social adjustment positively and colleges of high Self-concept were more easily to adapt social; Self-regulatory mediated the relationship between Self-concept and social adjustment.

Keywords: Self-Concept; Self-Regulatory; Social Adjustment

大学生自我概念对社会适应的影响： 自我调控的中介作用

邢梦瑶, 陈功香

济南大学教育与心理科学学院, 济南
Email: xing_mengyao@163.com

收稿日期: 2012年5月4日; 修回日期: 2012年5月18日; 录用日期: 2012年5月28日

摘要: 目的: 探讨大学生的自我调控在自我概念和社会适应之间的中介作用。**方法:** 采用田纳西自我概念量表, 自我调控问卷和大学生社会适应问卷对 320 名大学生施测。**结果:** 1) 自我概念、自我调控与社会适应呈显著正相关, 大学生自我概念和自我调控能够显著预测社会适应; 2) 自我调控在自我概念和社会适应之间的部分中介效应显著。**结论:** 自我概念可以预测社会适应的倾向, 自我概念较高者更容易适应社会, 自我调控在自我概念与社会适应之间起部分中介作用。

关键词: 自我调控; 自我概念; 社会适应

1. 引言

社会适应是指个体在与社会环境的交互作用过程中, 能够主动地顺应环境、调控和改变环境, 最终达到与社会环境保持和谐关系的平衡状态。良好的社会适应对大学生人格的形成、学业的发展、人际交往的改善和未来的工作成就都有积极的作用。目前对社

会适应影响因素的研究主要涉及环境因素和个体内部因素两大方面, 方晓义, 沃建中和蔺秀云(2005)研究发现环境对个体社会适应的影响必须通过个体内部因素才能起作用, 因而包括情绪、动机、人格等在内的心理结构逐渐成为研究的热点。

自我概念(Self-concept)是指个体对自我的知觉,

包括对自我具备的特性以及对个人能够扮演完成各种角色的认知。罗杰斯提出自我概念是个人自我知觉的组织系统和看待自己的方式，并认为对一个人的个性、人格和行为有重要影响的是他的自我概念，而不是其真实的自我。当前许多研究已经表明，自我概念是影响社会适应的重要因素，如于红军等发现青少年社会适应与自我概念总分及其各维度间都表现出了显著相关，其中自我概念维度(ID)和自我行动维度(B)与社会适应关系最大；陈支那(2010)的研究结果也表明，自我概念的各因子对大学生学校适应的不同方面的影响不同，影响力度也存在差异。

自我调控(Self-regulatory)，又称自我管理或自我决定，指个体在充分认识个人需要和环境信息的基础上，对行为做出的自由选择。自我调控理论指出个体身上存在三种发展的基本心理需求(自主需求、能力需求和关系需求)，李彩娜，王文霞，邱莎莎(2010)指出其中自主需求是一种促进个体成长与适应功能的心理需求，包含个体对自我控制感、意志力和主动性的渴望，它内在地调节个体的适应行为，使其行为具有自主性。Ryan RM, Deci EL(1985)发现自主性水平的高低不仅与个体的主观幸福感有关，还与个体的社会适应有关。自我调控作为个体的一种内部资源，它分为四个水平，分别为外部调控，投射调控，认同调控和整合调控。且自我调控和社会适应的相关研究发现自主调控的出现对于青少年的发展至关重要，个体的自主性越高，积极的社会体验就越多，例如 Soenens B, Vansteenkist M(2007)发现父母对青少年自主性的支持和个体的自主水平都会影响其社会适应。

以往的研究多集中探讨自我概念和社会适应间的关系，或是自我调控对个体社会适应的影响，而对自我概念、自我调控和社会适应这三者间关系的研究比较缺乏。本研究在总结相关研究的基础上，提出自我概念不仅能够直接影响社会适应，也能通过自我调控的中介作用间接的影响社会适应的假设。所以本研究除对其两两关系进行验证性研究外，还研究三者间的相互关系，并对其影响路径进行深入探讨，为大学生能够积极的适应社会和形成健全的人格提供理论指导。

2. 对象与方法

2.1. 被试

随机抽取 320 名大学生发放问卷，回收有效问卷

295 份，回收率为 92.12%。其中，男生 122 人，女生 173 人；城市 106 人，农村 189 人；独生子女 111 人，非独生子女 184 人；大一 58 人，大二 66 人，大三 114 人，大四 57 人。

2.2. 研究工具

2.2.1. 自我概念量表

该量表采用由国内学者陈支那于 2005 年在田纳西自我概念量表(Tennessee Self Concept Scales)的基础上修订的大学生版自我概念量表，修订后的量表共有 40 个题目，包含生理自我(PH)、道德自我(ME)、心理自我(PER)、家庭自我(FA)、社会自我(SO)五个维度，具有良好的信度和效度。采用分半信度系数作为信度分析指标，各个分量表的信度系数在 0.61~0.85 之间，分量表的内部一致性系数在 0.62~0.86 之间，全量表的分半信度系数为 0.92。

2.2.2. 自我调控问卷

该量表采用刘艳(2006)等人修订的适于我国大学生的自我调控问卷，包含外部调控、投射调控、认同调控和整合调控 4 个维度。该量表共 22 个项目，采用里克特 5 点计分。该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.61。

2.2.3. 大学生社会适应问卷

该量表采用由江巧瑜编制的大学生社会适应问卷，问卷共 56 个题目，采用里克特 5 点计分，分数越高说明社会适应越好。包括六个维度，分别为学习适应、生活适应、就业适应、人际适应、社会适应的自我评价及其满意度，其中前四个维度为客观适应，后两个维度为主观适应，即行为和情感两大方面，其内部一致性系数为 0.81，信度为 0.79。

2.3. 统计分析

采用 SPSS16.0 软件进行统计分析，使用的统计方法包括描述统计、独立样本 t 检验、方差分析、相关分析、逐步回归分析等。

3. 结果

3.1. 大学生自我概念、自我调控和社会适应的现状分析

对大学生自我概念、自我调控和社会适应调查所

得数据进行描述统计。表 1 结果表明，在自我概念的五个维度中，“家庭自我”因子的得分最高，“生理自我”因子的得分最低。在自我调控的四个维度中，“认同调控”因子的得分最高，“投射调控”因子的得分最低。在大学生们的社会适应的六个维度中，“学习适应”因子的得分最高，“自我评价”因子的得分最低。

3.2. 高、低社会适应大学生的自我概念、自我调控比较

根据社会适应量表得分将大学生被试分为两组，社会适应低分组(总分 > 216)78 例，社会适应高分组(总分 < 171)79 例。对不同社会适应程度的大学生的自我概念问卷和自我调控问卷的评分进行比较，表 2 结果表明，除投射调控外，社会适应高分组的自我概念和自我调控各维度得分显著高于社会适应低分组。

3.3. 大学生自我概念、自我调控和社会适应之间的相关分析

表 3 列出了大学生自我概念、自我调控和社会适应

Table 1. The descriptive statistics of college students' self-concept, self-regulatory and social adjustment
表 1. 大学生自我概念、自我调控和社会适应的描述统计

	标准差	平均数
社会自我	0.59	3.58
家庭自我	0.65	4.00
心理自我	0.53	3.58
道德伦理自我	0.50	3.63
生理自我	0.56	3.31
自我概念总分	0.43	3.64
外部调控	0.58	2.89
投射调控	0.71	2.84
认同调控	0.72	3.68
整合调控	0.69	3.56
自我调控总分	0.66	3.28
学习适应	0.82	3.69
生活适应	0.74	3.66
就业适应	0.95	3.44
人际适应	0.82	3.39
自我评价	0.74	3.19
满意度	0.72	3.30
社会适应总分	0.58	3.48

Table 2. Comparison between different groups of self-concept and self-regulatory on the social adjustment
表 2. 社会适应不同得分组的自我概念、自我调控比较($\bar{x} \pm s$)

	社会适应高分组	社会适应低分组	t
社会自我	23.76 ± 2.90	19.26 ± 3.55	8.62**
家庭自我	38.70 ± 4.71	34.77 ± 5.66	4.70**
心理自我	35.32 ± 4.01	29.01 ± 4.65	9.03**
道德伦理	34.91 ± 4.10	30.64 ± 4.61	6.07**
生理自我	24.48 ± 3.77	21.40 ± 4.40	4.68**
自我概念总分	157.16 ± 15.12	135.08 ± 16.13	8.78**
外部调控	21.13 ± 4.20	19.21 ± 4.31	2.83*
投射调控	8.81 ± 2.03	8.22 ± 2.20	1.82
认同调控	25.28 ± 3.33	19.55 ± 4.14	9.53**
整合调控	24.67 ± 3.13	18.92 ± 4.50	9.24**
自我调控总分	23.56 ± 11.10	10.77 ± 17.70	5.38**

以及它们各个维度之间的相关系数。从中可见大学生自我概念、自我调控和社会适应及其各维度之间存在显著的正相关。其中，投射调控维度与学习适应维度，生活适应维度以及社会适应满意度之间的相关不显著。

3.4. 自我概念、自我调控对社会适应的预测作用

为考察自我概念、自我调控对社会适应的影响，以自我概念和自我调控为自变量，以社会适应为因变量进行多元回归分析，结果见表 4。

从表 4 可以看出，九个预测变量预测因变量(社会适应)时，进入回归方程式的显著变量共有六个，多元相关系数为 0.680，其联合解释变异量为 0.462，即表中六个变量能联合预测社会适应 46.2%的变异量。就个别变量的解释量来看，以“整合调控”层面的预测力最佳，其解释量为 31%，其余依次为“社会自我”、“认同调控”层面，其解释量分别为 10.7%、1.6%。标准化回归方程式为：社会适应 = 0.275 × 整合调控 + 0.286 × 社会自我 + 0.202 × 认同调控 + 0.088 × 投射调控 + 0.15 × 心理自我 - 0.111 × 家庭自我。

3.5. 中介效应分析

温忠麟，侯杰泰和张雷(2005)的研究发现，自变量 X 对因变量 Y 的影响，如果 X 通过影响变量 M 来影响 Y，则称 M 为中介变量。Y = cX + e₁，M = aX + e₂，Y = c'X + bM + e₃。其中，c 是 X 对 Y 的总效应，ab 是经过中介变量 M 的中介效应，c' 是直接效应。为了检验自

Table 3. Correlation analysis of college students' self-concept, self-regulatory and social adjustment
表 3. 大学生自我概念、自我调控和社会适应之间的相关分析

	学习适应	生活适应	就业适应	人际适应	自我评价	满意度	社会适应总分
社会自我	0.42**	0.41**	0.34**	0.40**	0.24**	0.27**	0.50**
家庭自我	0.19**	0.30**	0.20**	0.15**	0.10	0.10	0.25**
心理自我	0.41**	0.44**	0.37**	0.28**	0.35**	0.37**	0.51**
道德伦理自我	0.29**	0.39**	0.18**	0.27**	0.13*	0.16**	0.36**
生理自我	0.27**	0.24**	0.23**	0.12*	0.31**	0.24**	0.31**
自我概念总分	0.40**	0.46**	0.34**	0.31**	0.28**	0.28**	0.49**
外部调控	0.17**	0.17**	0.18**	0.12*	0.14*	0.17**	0.21**
投射调控	0.08	0.05	0.18**	0.12*	0.13*	0.10	0.13*
认同调控	0.50**	0.43**	0.37**	0.28**	0.38**	0.33**	0.53**
整合调控	0.47**	0.46**	0.39**	0.34**	0.38**	0.34**	0.56**
自我调控总分	0.31**	0.30**	0.21**	0.20**	0.23**	0.18**	0.34**

*p < 0.05; **p < 0.01。

Table 4. Self-concept and self-regulatory on stepwise regression analysis of social adjustment
表 4. 自我概念、自我调控对社会适应的逐步回归分析

自变量	R	R ²	ΔR	净F值	F值	Beta
整合调控	0.56	0.31	0.31	131.34	131.34	0.28
社会自我	0.65	0.42	0.11	53.63	104.28	0.29
认同调控	0.66	0.43	0.02	8.45	74.11	0.20
投射调控	0.67	0.45	0.01	6.27	58.15	0.09
心理自我	0.67	0.45	0.01	4.44	47.96	0.15
家庭自我	0.68	0.46	0.01	4.50	41.20	-0.111

自我调控在社会适应与自我概念之间所起的中介作用，本研究对这三个变量进行了一系列回归分析。1) 以社会适应为因变量，自我概念为自变量 $F(1, 293) = 91.942, p < 0.001$ ，测得系数 c 显著；2) 以自我调控为因变量，自我概念为自变量， $F(1, 293) = 35.152, p < 0.001$ ，测得系数 a 显著；3) 以社会适应为因变量，自我调控为自变量， $F(1, 293) = 37.106, p < 0.001$ ，测得系数 b 显著；4) 以社会适应为因变量，自我概念和自我调控为自变量， $F(2, 292) = 54.9, p < 0.001$ ，测得系数 c' 也达到显著水平。从图 1 可见，在控制路径 a 和路径 b 的效应之后，路径系数显著下降。也就是说，自变量的回归系数在加入中介变量后变小，但是仍然达到了显著水平，说明存在部分中介作用，即自我概念不仅直接影响社会适应，还可以通过自我调控间接影响社会适应。综上所述，自我调控在自我概念和社会适应之间起部分中介的作用。

4. 讨论

本研究关于大学生自我概念和社会适应的相关

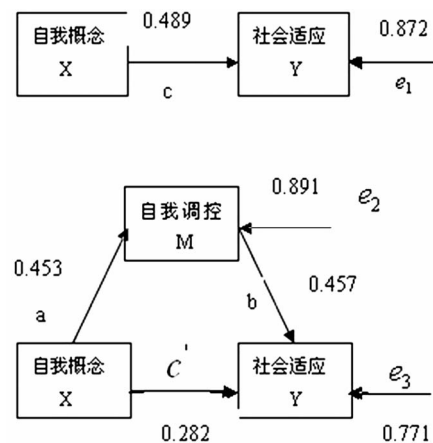


Figure 1. The mediated model of college students' social adjustment influence factors
图 1. 大学生社会适应影响因素的中介效应模型

分析结果表明，除家庭自我和社会适应的自我评价、满意度之间相关不显著外，其余自我概念的各维度与社会适应的各维度均达到显著相关。自我概念和社会适应达到显著相关，相关系数为 0.489。这表明自我概念越积极的学生，他们的自我评价越高，有更高的自信心，因而他们的社会适应性也更好。而对于那些自我概念得分较低者来说，他们往往由于自卑心理，对自己持一种消极否定的态度，容易受他人的影响，对自己的评价不高，做事情常常退缩，因此会造成社会适应不良。因此，在今后的教育工作中，帮助大学生提高自我概念，让他们更好的纳悦自己，增强自信心，是帮助大学生更好的适应社会，培养健全的人格的良好途径。

大学生自我调控和社会适应的相关研究结果表明，除投射调控和学习适应、生活适应、社会适应的满意度相关不显著外，其余自我调控的各维度和社会适应的各维度均达到显著相关，说明自我调控能显著预测社会适应。投射调控指行为的主要动机是超越他人，向他人证明自己的能力，并因此获得自我价值感。个体吸收了外在规则，但没有完全接纳为自我的一部分。在这种情况下人们从事一项活动是为了避免焦虑或惩罚，它是相对受到控制的动机类型，因此，它与社会适应的相关不显著。而另一方面，认同调控和整合调控能力越高，代表个体的自我控制感越强，有更高的主动性和自主性，能对自己的行为负责，能够根据行为对自身和价值观的重要性自觉发起该行为，并根据目标自觉的控制行为，按自己的意愿行事，不过分在乎别人对自己的评价，从而能够体会到更多的乐趣，更好的适应社会。本研究自我概念、自我调控和社会适应两两的相关分析的结果表明，总体上来看，自我概念各维度、自我调控各维度和社会适应各维度之间大部分为显著正相关。这表明，大学生的自我概念、自我调控和社会适应之间关系密切，即有较高的自我概念的大学生，他们有更高的自信心，能够更好的控制自己的行为，行动上有更高的自主性，因而，他们会更好的适应社会，达到自我与社会的整合。

根据多元回归分析结果，自我概念能够直接影响

社会适应，也能通过自我调控的中介作用间接影响社会适应。自我调控在自我概念和社会适应之间起部分中介作用。由于自我概念是在个体成长过程中逐渐形成的对自己的整体的觉知，它一旦形成就比较稳定，而自我调控相对而言更容易控制一些，因此，在今后的教育工作中，应注意培养大学生的自我调控能力，即有意识的帮助大学生提高行为的自主性，让他们在行动中体验到更多的乐趣，从而使他们真正的纳悦自己，为其更好的适应社会，自我实现打好基础。

由于研究者的能力、经验不足和条件的限制，本研究还存在一些不足之处，具体表现在：本研究采用横断研究设计，使研究不能够得出因果关系的结论。而且，本研究所使用的研究数据都来自于自我报告，因此可能受到社会赞许偏向的影响。今后的研究可以结合纵向追踪的方式进行更加深入的探讨。

参考文献 (References)

- 陈支那(2010). 大学生自我概念与其学校适应. *滁州学院学报*, 6期, 56-58.
- 方晓义, 沃建中, 蔺秀云(2005). 中国大学生适应量表的编制. *心理与行为研究*, 2期, 95-101.
- 李彩娜, 周伟. 大学生社会适应与五因素人格间关系的研究. *中国临床心理学杂志*, 2009, 1期, 78-80.
- 李彩娜, 王文霞, 邱莎莎(2010). 大学生社会适应与自我调控的关系研究. *中国健康心理学杂志*, 4期, 478-480.
- 刘艳(2006). *大学生的三重自我建构: 特点、相互作用与功能*. 北京师范大学博士论文, 北京.
- 温忠麟, 侯杰泰, 张雷(2005). 调节效应与中介效应的比较和应用. *心理学报*, 2期, 268-274.
- 于红军(2010). 青少年社会适应与自我概念之间的关系探索. *网络财富*, 20期.
- Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11, 319-338.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Sheldona, K. M., Markoa, L. H., & Tim, K. (2006). Does autonomy increase with age? Comparing the goal motivations of college students and their parents. *Journal of Research in Personality*, 40, 168-178.
- Soenens, B., Vansteenkist, M., & Lens, W. (2007). Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promotion of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental Psychology*, 43, 633-646.