

大学生社会支持问卷的编制及相关研究

赵翊馨

湖北医药学院, 湖北 十堰

Email: 429163871@qq.com

收稿日期: 2021年8月9日; 录用日期: 2021年9月17日; 发布日期: 2021年9月27日

摘要

目的: 探讨大学生的社会支持构成因素, 并编制有效的测量问卷。方法: 通过开放式与结构式访谈收集大学生社会支持获得情况, 以肖水源的社会支持三因素模型为依托编制了一套包含30个条目的大学生社会支持问卷, 并在此基础上探索了大学生主观支持、客观支持、支持利用度与其抑郁状态的关系。结论: 自编的大学生社会支持问卷具有良好的信效度; 大学生的主观支持、客观支持以及支持利用度可以显著负向预测其抑郁水平, 是个体心理健康的保护因素。

关键词

社会支持, 支持利用度, 抑郁, 大学生

Development and Related Research of College Students' Social Support Questionnaire

Yixin Zhao

Hubei University of Medicine, Shiyan Hubei

Email: 429163871@qq.com

Received: Aug. 9th, 2021; accepted: Sep. 17th, 2021; published: Sep. 27th, 2021

Abstract

Objective: To discuss the college students' social support factors and establish a perfect evaluation system. **Methods:** Through the open and structured interview collecting college students' social support are available to Shuiyuan Xiao's social support three factors model as the foundation to produce a contains 30 items of college students' social support assessment scale. **On this basis, the**

relationship between college students' subjective support, objective support, support utilization and their depression was explored. Conclusion: Designed of college students social support system evaluation scale had good reliability and validity. In addition, college students' subjective support, objective support and support utilization can significantly negatively predict their depression level, which is a protective factor for individual mental health.

Keywords

Social Support, Support Utilization, Depression, College Students

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

社会支持是指以个体为核心,由个体和他人通过支持性行为所构成的人际交往系统。通常可以从性质上分为两类:其一是客观的、可见的或实际的支持,包括物质上的直接援助和社会网络、团体关系的存在和参与。其二是主观的、体验到的或情感上的支持,指的是个体在社会中受尊重、被支持、理解的情感体验和满意程度,与个体的主观感受密切相关(李惠云, 2006)。此外,社会支持还可以从内容上分为实际社会支持和领悟社会支持。领悟社会支持是相对于实际社会支持而言的(叶俊杰, 2005)。前者指个体实际获得的支持,是个体在面临压力时周围人实际提供的帮助行为,而后者是指个体对社会支持的期望和评价,是对可能获得的社会支持的信念(Barrera, 1986)。社会支持包括三个维度:客观支持、主观支持和支持利用度,大学生的社会支持系统主要包括社会、学校和家庭(叶俊杰, 2005)。

对社会支持的研究源于 20 世纪 60 年代人们探求生活压力对身心健康的影响。许多研究者的研究结果证明,充分的社会支持与心理和生理症状报告的严重性直接相关,并且对于消极生活事件和这些病症有缓冲作用(Calsyn et al., 2005; Malecki & Demaray, 2002)。同时另外一些研究者发现主观支持对于心理健康起到保护性作用(程平等, 2007)。

诱发大学生心理危机及心理问题的首要原因就是社会支持失当(章玉祉, 2010)。人的本质是社会化的,依赖周围人提供的内、外在的评价而存在。这是人们应付大量压力的重要社会心理支持资源。一旦丧失或没能发挥或支持失当,个体将变得无比脆弱、失衡,并进一步产生心理危机,从而诱发心理问题。基于此,如何更好地发挥社会支持给予个体心理健康,尤其是当代大学生心理健康的正向促进作用是当前研究的重点,将社会支持融入高校心理健康教育将是推动这一过程的有效途径。

2. 研究方法

2.1. 量表编写与施测

以肖水源的社会支持三因素模型为基础,根据对大学生访谈的实际情况编写自我报告的句子,初步形成 44 个项目,按随即顺序排列,组成量表,指导语要求被试对每一个句子符合自己情况的程度进行评分,依次为 1~5 分,其中 1 分代表完全不符合自己的情况,5 分代表非常符合自己的情况。

量表编制完成后对大学生进行两轮施测,以评估大学生社会问卷的效度,同时探索大学生的主观支持、客观支持、支持利用度与抑郁状态的关系。

2.2. 研究对象

在江苏某大学采取整群抽样,按照文理兼顾的原则抽取大一至大四、不同专业的在校大学生为被试。初测阶段共发放问卷 202 份,剔除无效问卷 6 份,得有效问卷 196 份。正式施测随机发放问卷 380 份,回收有效问卷 353 份,回收率 92.9%。

2.3. 统计分析

采用 SPSS16.0 统计软件对数据进行项目分析、以及信效度的分析。

3. 研究结果与分析

3.1. 项目分析

取总分高、低端各 27% 的被试组成高、低分组,用独立样本 T 检验检验高、低分组在每个题项上的差异。其中题项 3、4、6、8、15、19 的 sig(2-tailed)值 > 0.05 ,未达到显著性水平,故删除这些题项。

3.2. 同质性检验

采用同质性检验以检测项目区分度,计算题项与总分的相关,删掉相关未达显著水平,即相关系数小于 0.4 的题项:10、13、14、17、35、36、37、39。

3.3. 信度分析

运用克伦巴赫 α 系数作为项目内部一致性指标,对《大学生社会支持问卷》的三个维度:主观支持、客观支持、支持利用度分别进行内部一致性检验。

一个优良的测验其内部一致性系数至少在 0.6 以上。统计分析结果显示,该量表的 α 系数为 0.921,主、客观支持两个维度的系数分别为 0.873 和 0.783,均大于 0.75,只有支持利用度维度系数为 0.35,可能原因是题项较少所致。综上所述,问卷的内部一致性系数达到了检验标准。

3.4. 效度分析

3.4.1. 结构效度

为检验量表的结构效度,本研究进行了 KMO 和 Bartlett 球形检验,结果显示 KMO 值为 0.709,适合进行因子分析;BTS 值(球形检验)的显著性为 $0.000 < 0.05$,同样适合进行因子分析。提取因子后,主因子解释总变异为 71.927%,大于 60%,各因子载荷基本也大于 0.6。

3.4.2. 内容效度

量表项目的选编与筛选首先经过了大量的文献阅读,并开展了开放式与结构式访谈,获得了被试的社会支持情况,再根据专家评审意见以及预试验的结果,对条目进行了增删和修改。删除了内容含糊、相关性差的条目,对某些可能引起歧义或误解的用词进行了修改,对某些维度的条目进行了增补。最后确证所有条目都能准确表达所要求的内容,以此保证问卷具有一定的内容效度。

3.5. 社会支持各维度与抑郁程度的相关分析

为进一步探索大学生主、客观支持以及支持利用度与其抑郁状态的关系,本研究将自编的大学生社会支持问卷(见附录)与抑郁自评量表(SDS)所得数据进行了相关分析,结果显示:大学生的主观社会支持、客观社会支持以及支持利用度与抑郁量表的总分均为显著负相关,说明大学生的社会支持情况越好,抑郁水平越低。此外,被试感受到的主观支持与抑郁自评相关为-0.450,相比于客观支持与对支持利用度,

主观得到的支持越完善，被试的心理健康水平越高，见表 1。

Table 1. Correlation between dimensions of social support and depression of college students

表 1. 大学生社会支持各维度与抑郁程度的相关分析

	主观支持	客观支持	支持利用度	社会支持	抑郁
主观支持	—				
客观支持	0.898**	—			
支持利用度	0.699**	0.694**	—		
社会支持	0.979**	0.959**	0.781**	—	
抑郁	-0.450**	-0.401**	-0.364**	-0.410**	—

注：* $P < 0.05$ ；** $P < 0.01$ 。

4. 讨论

本研究以肖水源的社会支持三因素模型为依托，结合现今大学生的实际状态，编制了大学生社会支持问卷，经统计分析检验，该问卷具有较好的信效度。在此基础上，为明晰大学生的主客观社会支持及其支持利用度与自身抑郁水平的关系，本研究还进一步将社会支持各维度得分分别与抑郁量表得分进行了相关分析。结果显示大学生的主观社会支持与抑郁得分存在显著负相关，支持利用度和客观社会支持与抑郁得分存在同样的关系。这说明无论是大学生主观感受到的社会支持，还是客观存在、或者被其有效利用的社会支持，都可以在一定程度上降低个体的抑郁水平，改善心理健康状态；而个体主观得到的支持越完善，其心理健康水平就越高。这一现象可能提示对于心理健康来说，最重要的是人们是否感觉到自己具有足够、良好的社会支持系统，以及是否会有效地利用它，而不仅仅在于该系统具体为自己提供了多少实际的帮助。

此外，通过对问卷编制前期所进行的访谈结果的归纳汇总，本研究将大学生的社会支持来源进行了分类，基本包括家庭父母支持、同学朋友支持、学校及学业支持、宗教信仰支持、物质支持等 5 种社会支持来源，这与以往研究结果基本保持一致(黄煜文等, 2021)。大多数被试认为来自家庭父母亲戚的支持、身边朋友的支持以及经济物质的支持能够更好的帮助自己应对来自外界的压力，并且对心理状态的影响最大。除却以往常见的家庭支持、学校支持和社会支持，此次研究发现大学生社会支持系统中，物质支持已成为一项关键组成部分，这一结果折射了当下普遍的社会现象：当代大学生成长过程中物质条件较为优渥，物质支持已成为其社会支持系统中尤为重要的一部分，改变了传统以情感支持为主的模式，使支持系统变得更为多元。然而，过度依赖物质支持可能会导致个体只关注自身的物质需求，忽视自我精神品质的培养，这种个人状态无疑无法帮助其很好的适应外部压力、应对心理挫折。因此，如何锻炼大学生的意志品质？如何给予自我以最大的支持？这些将是后续在大学生品质培养中需要思考的问题。

基金项目

湖北医药学院人才启动金(人文社科)资助(2020QDJRW010)。

参考文献

- 程平, 王天龙, 等(2007). 大学生心理危机干预与自杀预防策略. *现代预防医学*, 34(15), 2933.
- 黄煜文, 罗芊懿, 尚鹤睿(2021). 广州地区医学生社会支持与心理健康的关系: 心理弹性的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 29(3), 398-403.

- 李惠云(2006). 大学生自尊、社会支持与资助方式偏好性的关系研究. 硕士学位论文, 开封: 河南大学.
- 叶俊杰(2005). 大学生领悟社会支持的影响因素研究. *心理科学*, 28(6), 1468-1471.
- 章玉祉(2010). 从大学生自杀现象看个体社会支持系统的构建. *广东技术师范学院学报(社会科学)*, 31(5), 110-112.
- Barrera, M. (1986). Distinctions between Social Support Concepts, Measures and Models. *American Journal of Community Psychology*, 34, 413-445. <https://doi.org/10.1007/BF00922627>
- Calsyn, R. J., Winter, J. P., & Burger, G. K. (2005). The Relationship between Social Anxiety and Social Support in Adolescents: A Test of Competing Causal Models. *Adolescents*, 40, 103.
- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2002). Measuring Perceived Social Support, Development of the Child and Adolescents Social Support Scales. *Psychology in the School*, 39, 1-18. <https://doi.org/10.1002/pits.10004>

附录：大学生社会支持评估量表(自编)

您好！这是一份关于大学生社会支持的量表。请根据您自身与各个项目所描述情况相符合的程度在每题后相对应的数字上画“√”。答案无所谓好坏对错，请根据您的真实情况填写，我们承诺对您的资料严格保密。完成这份问卷可能会耽误您一点宝贵的时间，在此向您表示衷心的感谢！

项目	符合	有点符合	不确定	有点不符合	不符合
1. 大多数同学都很关心我	⑤	④	③	②	①
2. 我经常可以从同学、朋友那里获得情感上的帮助和支持	⑤	④	③	②	①
3. 日常生活中，我经常能保持我的好心态，积极面对生活，并被别人羡慕我的好心态	⑤	④	③	②	①
4. 我觉得我的优异成绩，给了我很大的信心	⑤	④	③	②	①
5. 我会因为我的物质生活得到保障，而专注于其他事情	⑤	④	③	②	①
6. 我会经常参与家庭事件的决议中，能决定一些事情，并得到父母的支持和认可	⑤	④	③	②	①
7. 我经常从学院(校)老师和辅导员那里得到了支持和帮助	⑤	④	③	②	①
8. 我的心理很健康，心态积极向上	⑤	④	③	②	①
9. 我健康的身体，促使了我在其他方面的成功	⑤	④	③	②	①
10. 我参加学院(校)的一些社团或组织，并成为组织里不可或缺的一员	⑤	④	③	②	①
11. 我很满意在学校的生活消费水平	⑤	④	③	②	①
12. 我相信自己，我有能力处理好所面对的问题，即使遇到挫折，我也能尽力去面对和处理	⑤	④	③	②	①
13. 家里的事，父母都会与我商量，并会认真考虑我的意见	⑤	④	③	②	①
14. 我的同学、朋友给了我很多的支持和帮助	⑤	④	③	②	①
15. 当我遇到烦恼时，我会主动向老师辅导员倾诉，并寻求帮助	⑤	④	③	②	①
16. 我觉得我的规律生活作息，给了我很大的帮助	⑤	④	③	②	①
17. 我爱我自己，我经常 would 做一些让自己满足和高兴的事情	⑤	④	③	②	①
18. 我经常会与父母、亲友倾诉，并得到了父母的宽慰和支持	⑤	④	③	②	①
19. 我从不失眠，我的作息很正常	⑤	④	③	②	①
20. 我可以从老师和辅导员那里获得情感上的帮助和支持	⑤	④	③	②	①
21. 我经常可以从父母、亲友那里获得情感上的帮助和支持	⑤	④	③	②	①
22. 我周围有许多关系密切、可以给予我支持和帮助的人	⑤	④	③	②	①
23. 父母、亲人都很关心我，并会定期与我联系	⑤	④	③	②	①
24. 在我遇到问题时，同学、朋友会出现在我身旁	⑤	④	③	②	①
25. 我会照顾和安慰自己，有情绪的时候，我会找合适的方法处理好自己的情绪，调整好状态	⑤	④	③	②	①
26. 我的学业成绩比较优秀，并得到他人的赞许	⑤	④	③	②	①
27. 学院(校)里的老师和辅导员都很关心我，并会定期与我进行谈话交流。	⑤	④	③	②	①
28. 当有烦恼时，我会主动向父母、亲友、同学倾诉	⑤	④	③	②	①
29. 当我烦恼的时候，我会去参加一些教宗互助团体来倾诉自己的烦恼，寻求教友的帮助	⑤	④	③	②	①
30. 我经常组织或参加社团的活动，并能体会到组织归属感	⑤	④	③	②	①