

青少年社会支持与主观幸福感的关系： 心理韧性的中介作用

马文燕¹, 马文琴², 邓雪梅¹

¹毕节幼儿师范高等专科学校, 贵州 毕节

²黔西市中坪镇中心幼儿园, 贵州 黔西

收稿日期: 2021年9月6日; 录用日期: 2021年10月12日; 发布日期: 2021年10月19日

摘要

目的: 考察青少年的社会支持、心理韧性和主观幸福感的相互关系。方法: 对贵州省的2150名青少年学生进行问卷调查。结果: 1) 青少年的社会支持、心理韧性和主观幸福感之间的正相关关系有统计学意义 ($r = 0.18 \sim 0.42, p < 0.001$); 2) 青少年的社会支持对心理韧性 ($B = 0.42, p < 0.001$) 和主观幸福感 ($B = 0.09, p < 0.001$) 的正向预测作用有统计学意义, 心理韧性对主观幸福感 ($B = 0.24, p < 0.001$) 的正向预测作用有统计学意义; 3) 心理韧性在留守青少年的社会支持与主观幸福感之间起完全中介作用, 在非留守青少年的社会支持与主观幸福感之间起部分中介作用, 中介效应值分别占总效应值的66.67%和60.00%。结论: 提高社会支持水平, 可以增强青少年的心理韧性和提升主观幸福感。

关键词

青少年, 社会支持, 心理韧性, 主观幸福感, 中介效应

The Relationship between Adolescents' Social Support and Subjective Well-Being: The Mediating Role of Resilience

Wenyan Ma¹, Wenqin Ma², Xuemei Deng¹

¹Bijie Preschool Education College, Bijie Guizhou

²Central Kindergarten, Zhongping Town, Qianxi Guizhou

Received: Sep. 6th, 2021; accepted: Oct. 12th, 2021; published: Oct. 19th, 2021

文章引用: 马文燕, 马文琴, 邓雪梅. 青少年社会支持与主观幸福感的关系: 心理韧性的中介作用[J]. 社会科学前沿, 2021, 10(10): 2791-2797. DOI: [10.12677/ass.2021.1010381](https://doi.org/10.12677/ass.2021.1010381)

Abstract

Objective: To investigate the relationship among social support, resilience and subjective well-being of adolescents. **Methods:** A questionnaire survey was conducted among 2150 adolescent students in Guizhou Province. **Results:** 1) The positive correlation among social support, psychological resilience and subjective well-being was statistically significant ($r = 0.18\sim 0.42, p < 0.001$); 2) there were significantly positive predictors of adolescent social support on resilience ($B = 0.42, p < 0.001$) and subjective well-being ($B = 0.09, p < 0.001$), resilience was a significant predictor of subjective well-being ($B = 0.24, p < 0.001$); 3) resilience played a complete mediating role between social support and subjective well-being of left-behind adolescents, and played a partial mediating role between social support and subjective well-being of left-behind adolescents, the intermediate effect accounted for 66.67% and 60.00% of the total effect respectively. **Conclusion:** Improving the social support level of adolescents can enhance their resilience and subjective well-being.

Keywords

Adolescents, Social Support, Resilience, Subjective Well-Being, Mediating Effect

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

青少年正处于成长与发展的重要时期，亲子分离、学业压力、环境适应等压力性事件都会影响青少年的健康成长。研究发现，大约有 25.1% 的个体在青少年时期有可能经历过自然灾害、交通事故、严重疾病、亲人离世等创伤性事件[1]，这些创伤性事件会使青少年陷入各种危机，容易产生焦虑、抑郁、担忧、自伤、自杀等心理及行为问题，进而损害青少年的身心健康。主观幸福感是指个体对自己生活质量的主观性评价，主要用来衡量个体的心理健康水平以及对自己生活质量的满意程度[2]，对青少年的身心健康、学业成就、社会适应等方面都有重要作用[3]。生物-社会-认知理论模型指出，个体内部因素和外部因素的共同作用会影响其主观幸福感[4]，因此，我们推测，青少年的内部因素(如心理韧性)和外部因素(如社会支持)的共同作用可能会影响他们的主观幸福感水平[5]。

社会支持作为青少年身心健康发展的保护性资源，对提高青少年的心理健康水平和主观幸福感有增益作用[6]，当个体遭遇挫折或压力情境时，良好的社会支持可以有效维护青少年的身心健康发展[7]。研究发现，社会支持与主观幸福感的相关关系，以及对主观幸福感的预测作用均有统计学意义[8]，并且来自家人和朋友提供的支持行为，对提高青少年主观幸福感水平的作用更明显[9]。心理韧性是一种涉及个人的身心健康和幸福感的积极心理特质，当个体遭遇挫折或压力情境时，能较好地调整自身状态并采取积极的应对方式来应对压力或挫折[10]。心理韧性水平较高的个体，能有效应对生活中的各种压力和挑战，从而为成功、健康和幸福的生活奠定基础[11]。研究发现，社会支持与心理韧性的相关关系，以及对心理韧性的预测作用均有统计学意义[12]，这说明较高的社会支持水平能够增强个体的心理韧性，从而保护个体的积极情绪和主观幸福感。研究也发现，心理韧性对主观幸福感的预测作用有统计学意义[13]，说明良好的心理韧性水平能帮助个体更好地适应生活中的各种压力或挫折，以维持个体较高的主观幸福感水平。

综上所述, 社会支持可以直接作用于主观幸福感, 也可以通过心理韧性间接作用于主观幸福感。因此, 本研究旨在探讨青少年的社会支持、心理韧性和主观幸福感之间的相互关系, 为教育工作者采取有效措施提高青少年的社会支持水平, 进而增强心理韧性和提高主观幸福感水平提供研究依据。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

采用方便取样的方法, 以贵州省的毕节、遵义、铜仁等地的 2200 名青少年学生为研究对象进行匿名问卷调查, 最后回收有效调查问卷 2150 份, 有效率 97.7%。其中, 初中生为 828 名, 高中生为 805 名, 中职生为 517 名; 男生为 1042 名, 女生为 1108 名; 留守青少年为 1094 名, 非留守青少年为 1056 名, 学生的年龄范围为 12~23 岁, 平均年龄为 16.45 ± 1.85 岁。

2.2. 研究工具

2.2.1. 领悟社会支持量表

该量表由 Zimet 等人编制[14], 共 12 个条目, 包括家庭、朋友和其它支持 3 个分量表。量表采用 1~7 级计分方式, “1”表示“极不同意”, “7”表示“极同意”。总量表的最终得分越高, 表示个体的社会支持水平越高。在本次调查研究中, 量表的 Cronbach's α 系数为 0.84。

2.2.2. 青少年心理韧性量表

该量表由胡月琴和甘怡群编制[15], 共 27 个条目, 包括目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助 5 个分量表, 量表采用 1~5 级计分方式, “1”表示“完全不符合”, “5”表示“完全符合”。总量表的最终得分越高, 表示个体的心理韧性水平越高。在本次调查研究中, 量表的 Cronbach's α 系数为 0.80。

2.2.3. 幸福感指数量表

该量表由 Campell 等人编制[14], 共 9 个条目, 量表采用 1~7 级评分方式。总量表的最终得分越高, 表示个体的幸福感水平越高。在本次调查研究中, 量表的 Cronbach's α 系数为 0.84。

2.3. 统计分析

使用 Epidata 软件包对所收集的问卷数据进行录入, 使用 WPS 软件包中的 Excel 对数据进行整理, 使用 SPSS 22.0 软件包对问卷数据进行相关、回归、中介效应等分析。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

参照周浩和龙立荣的研究[16], 并对数据进行偏差检验, 结果发现: $KMO = 0.88$, Bartlett 球形检验值 = 25,908.44, $df = 1128$, $p < 0.001$, 特征根大于 1 的公共因子数有 11 个, 第一公因子解释了总方差的 14.37%, 小于临界值 40%, 说明没有明显的共同方法偏差效应[17]。

3.2. 各变量的偏相关分析

在控制了青少年学生的性别、年龄和学段 3 个额外变量的情况下, 对青少年学生的社会支持、心理韧性和主观幸福感 3 个变量进行偏相关分析, 结果如表 1 所示, 社会支持与心理韧性($r = 0.42, p < 0.001$)、主观幸福感($r = 0.18, p < 0.001$)的正相关关系有统计学意义, 心理韧性与主观幸福感的正相关关系有统计学意义($r = 0.27, p < 0.001$)。

Table 1. Partial correlation analysis of variables
表 1. 各变量的偏相关分析

项目	$M \pm SD$	社会支持	心理韧性	主观幸福感
社会支持	4.83 ± 0.93	1		
心理韧性	3.26 ± 0.47	0.42***	1	
主观幸福感	8.81 ± 2.40	0.18***	0.27***	1

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$ 下同。

3.3. 各变量的线性回归分析

在控制了青少年学生的性别、年龄和学段 3 个额外变量的情况下,对青少年学生的社会支持、心理韧性和主观幸福感 3 个变量进行线性回归分析,结果如表 2 所示,社会支持对心理韧性($B = 0.42, p < 0.001$)和主观幸福感($B = 0.09, p < 0.001$)的正向预测作用有统计学意义,心理韧性对主观幸福感($B = 0.24, p < 0.001$)的正向预测作用有统计学意义。

Table 2. Regression analysis of variables
表 2. 各变量的回归分析

因变量	预测变量	R^2	调整后的 R^2	F 值	标准化系数(Bate)	t
心理韧性	社会支持	0.18	0.18	115.11	0.42	21.26***
	心理韧性					
主观幸福感	社会支持	0.08	0.08	38.39	0.09	8.68***
	心理韧性				0.24	13.18***

3.4. 中介效应检验

在控制了青少年学生的性别、年龄和学段 3 个额外变量的情况下,以社会支持为自变量,心理韧性为中介变量,主观幸福感为因变量,构建青少年心理韧性的中介效应模型(如图 1)。使用 SPSS 22.0 软件包中的宏程序 Process,并运用 Bootstrap 法重复抽样 5000 次,以及对心理韧性的中介效应 95%置信区间进行估计,结果如表 3 所示:心理韧性在留守青少年的社会支持与主观幸福感之间起完全中介作用,中介效应值占总效应值的 66.67%;心理韧性在非留守青少年的社会支持与主观幸福感之间起部分中介作用,中介效应值占总效应值的 60.00%。中介效应分析表明,心理韧性在留守青少年和非留守青少年社会支持对主观幸福感的影响中有不同的作用。

Table 3. Mediating effect test
表 3. 中介效应检验

路径	效应值	Boot 标准误	中介效应占比	95%置信区间	
				下限	上限
直接效应(c'_1): 社会支持→主观幸福感	0.01	0.01		-0.0003	0.03
直接效应(c'_2): 社会支持→主观幸福感	0.02	0.01		0.01	0.04
中介效应(a_1b_1): 社会支持→心理韧性→主观幸福感	0.02	0.003	66.67%	0.01	0.02
中介效应(a_2b_2): 社会支持→心理韧性→主观幸福感	0.03	0.003	60.00%	0.02	0.03
总效应(c_1): 社会支持→主观幸福感	0.03	0.01		0.02	0.04
总效应(c_2): 社会支持→主观幸福感	0.05	0.01		0.03	0.06

a_1 、 b_1 、 c_1 、 c'_1 为留守青少年的效应值, a_2 、 b_2 、 c_2 、 c'_2 为非留守青少年的效应值。

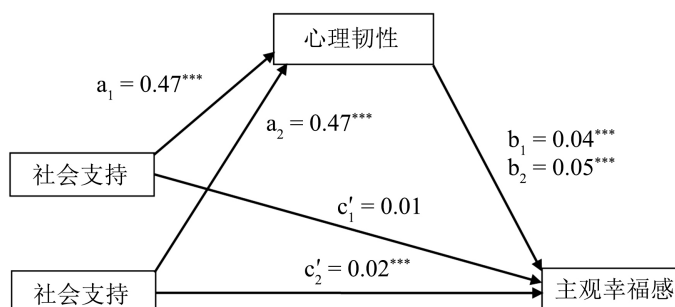


Figure 1. Model diagram of the intermediary effect
图 1. 中介效应模型图

4. 讨论

本研究发现，青少年的社会支持、心理韧性与主观幸福感的正相关关系有统计学意义，社会支持和心理韧性对主观幸福感的正向预测作用有统计学意义，这与以往的研究结果基本一致[18]，说明青少年的社会支持和心理韧性对主观幸福感有重要的增益作用，即良好的社会支持和心理韧性可以有效提高青少年的主观幸福感水平。中介效应检验发现，心理韧性在留守青少年的社会支持与主观幸福感之间起完全中介作用，在非留守青少年的社会支持与主观幸福感之间起部分中介作用，说明作为个体内部因素的心理韧性，在留守青少年和非留守青少年社会支持对主观幸福感的影响中有不同程度的作用。社会支持对留守青少年主观幸福感的影响主要是通过心理韧性的中介作用来实现，说明提高留守青少年的社会支持水平并不一定能够直接提升其主观幸福感水平，但提高社会支持水平可以增强留守青少年的心理韧性，从而提升其主观幸福感水平。另外，社会支持不仅可以直接作用于非留守青少年的主观幸福感，也可以通过心理韧性间接作用于主观幸福感，这说明社会支持性资源对增强非留守青少年心理韧性水平和提高其主观幸福感水平均有重要作用。当遭遇挫折或压力情境时，青少年获得的社会支持性资源越多、水平越高，他们可依赖的社会关系也就越稳固，并且对社会支持性资源的理解及使用程度越高，就会体验到更多的积极情绪[8] [19]，从而拥有较高的生活满意度[20]。但对于留守青少年而言，社会支持性资源越多，并不一定会直接提升其主观幸福感水平，原因可能是留守青少年在留守生活中长时间处于亲子疏离、依恋关系受损、缺乏父母的关心和照顾等压力性事件之中，致使内心受到严重伤害，而社会支持性资源的增多并不能完全满足留守青少年的心理需求和弥补因缺乏父母的关心关爱等而造成的伤害。

社会支持作为青少年心理韧性的一种积极保护性因素[21]，当青少年遭遇挫折或压力事件并陷入困境时，较多的社会支持性资源能够使青少年在面对挫折或压力事件时获得较多的归属感和安全感，以帮助他们重新树立面对困难或挫折的信心与勇气，并对未来充满乐观和期望，其心理适应能力和恢复能力就越强[22]。而心理韧性水平较高的青少年，其自我效能感水较高、心理反弹能力较强，在应对压力、挫折、创伤等负性生活事件时，较强的心理韧性水平能够对其身心健康起到一定的保护作用[23]，从而较好地维持青少年的主观幸福感水平[24]。研究也发现，留守青少年和非留守青少年的心理韧性对其主观幸福感的效应值均较小，这说明可能还存在其他影响留守青少年和非留守青少年主观幸福感水平的重要内部因素。因此，家庭、学校及社会各界应积极关注青少年的身心健康发展，当青少年遭遇挫折或压力事件并陷入困境时，应及时给予青少年更多的支持、关心和爱护，帮助他们积极应对挫折或压力性事件，以增强青少年的心理适应能力和韧性水平，从而提高主观幸福感水平。

5. 结论

心理韧性在留守青少年的社会支持和主观幸福感之间起完全中介作用，在非留守青少年的社会支持

和主观幸福感之间起部分中介作用。提高留守青少年和非留守青少年的社会支持水平，能增强其心理韧性和提升主观幸福感水平。

基金项目

贵州省教育科学规划课题(2020B134)、贵州省理论创新课题(联合课题)(GZLCLH-2020-039)、毕节市社科理论研究课题(BSKZ-2015)、毕节市社科理论研究课题(BSKZ-21051)。

参考文献

- [1] Costello, E.J., Erkanli, A. and Fair bank, J.A. (2002) The Prevalence of Potentially Traumatic Events in Childhood and Adolescence. *Journal of Traumatic Stress*, **15**, 99-112. <https://doi.org/10.1023/A:1014851823163>
- [2] Jiao, C., Wang, T., Liu, J., Wu, H., Cui, F. and Peng, X. (2017) Using Exponential Random Graph Models to Analyze the Character of Peer Relationship Networks and Their Effects on the Subjective Well-being of Adolescents. *Frontiers in Psychology*, **8**, Article No. 583. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00583>
- [3] Steinmayr, R., Wirthwein, L., Modler, L. and Barry, M.M. (2019) Development of Subjective Well-Being in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **16**, Article No. 3690. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193690>
- [4] Lyons, M.D., Huebner, E.S., Hills, K.J. and Lee Van Horn, M. (2013) Mechanisms of Change in Adolescent Life Satisfaction: A Longitudinal Analysis. *Journal of School Psychology*, **51**, 587-598. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2013.07.001>
- [5] 李儒林, 张进辅, 梁新刚. 影响主观幸福感的相关因素理论[J]. 中国心理卫生杂志, 2003, 17(11): 783-785.
- [6] 伍妍, 邓云龙, 潘辰. 儿童心理虐待与情绪行为问题: 社会支持的中介效应[J]. 中国临床心理学杂志, 2011, 19(4): 494-495, 502.
- [7] 连灵. 大学生领悟社会支持和感恩在尽责性和心理幸福感间的序列中介作用[J]. 心理技术与应用, 2017, 5(3): 154-159.
- [8] 姚若松, 郭梦诗. 社会支持对大学生社会幸福感的影响: 希望的中介作用[J]. 心理学探新, 2018, 38(2): 164-170.
- [9] Castellá Sarriera, J., Bedin, L., Abs Tiago Calza, D. and Casas, F. (2015) Relationship between Social Support, Life Satisfaction and Subjective Well-Being in Brazilian Adolescents. *Universitas Psychologica*, **14**, 459-474.
- [10] 刘佳. 城市留守青少年心理韧性在社会疏离感和歧视知觉之间的关系[J]. 现代预防医学, 2019, 46(3): 476-479, 486.
- [11] Archana, Kumar, U. and Singh, R. (2014) Resilience and Spirituality as Predictors of Psychological Well-Being among University Students. *Journal of Psychosocial Research*, **9**, 227-235.
- [12] 刘宇, 韩晓红, 罗叶双, 潘运. 贵州省初中生心理韧性和社会支持的关系研究[J]. 贵州师范大学学报(自然科学版), 2016, 34(1): 115-120.
- [13] 朱晓伟, 范翠英, 刘庆奇, 张冬静, 周宗奎. 校园受欺负对儿童幸福感的影响: 心理韧性的作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(2): 396-400.
- [14] 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册(增订版) [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 115-117.
- [15] 胡月琴, 甘怡群. 青少年心理韧性量表的编制和效度验证[J]. 心理学报, 2008, 40(8): 902-912.
- [16] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法[J]. 心理科学进展, 2004, 12(6): 942-950.
- [17] 罗杰, 周瑗, 陈维, 潘运, 赵守盈. 教师职业认同与情感承诺的关系: 工作满意度的中介作用[J]. 心理发展与教育, 2014, 30(3): 322-328.
- [18] 楚啸原, 理原, 王兴超, 王玉慧, 雷雳. 家庭收入与高中生幸福感: 社会支持与性别因素的作用[J]. 心理发展与教育, 2019, 35(4): 478-485.
- [19] 宋官东, 刘治平, 杜楠楠. 高三学生社会支持与主观幸福感的关系: 情绪智力的中介作用[J]. 现代教育管理, 2018(7): 100-105.
- [20] 梁进龙, 崔新玲, 左晨毅, 王延培, 岳松峰. 高职学生社会支持对主观幸福感的影响: 自我效能感和心理韧性的中介作用[J]. 现代预防医学, 2018, 45(13): 2383-2386.
- [21] Hamzah, H.B. and Marhamah, F. (2015) Social Support, Adjustment and Academic Stress among First Year Students in Syiah Kuala University. *2nd International Conference on Current Issues in Education*, Yogyakarta, 25-27 August

2015, 17-24.

- [22] 罗小婧. 社会支持对主观幸福感和抑郁的影响机制: 心理弹性的中介作用[J]. 黑河学院学报, 2017, 8(3): 19-20.
- [23] 崔红霞, 张英俊. 心理弹性对家庭支持和主观幸福感的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2013, 21(6): 869-872.
- [24] Friborg, O., Hjemdal, O., Roswvridge, J.H., Martinussen, M., Aslaksen, P.M. and Flaten, M.A. (2006) Resilience as a Moderator of Pain and Stress. *Journal of Psychosomatic Research*, **61**, 213-219.
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2005.12.007>