

■教育理论



河南大学学生主观幸福感调查研究

白焱焱

(淮北师范大学教育学院,安徽淮北 235000)

摘要:采用《大学生主观幸福感调查问卷》,针对河南大学113名大学生的主观幸福感进行问卷调查。调查发现:①大学生主观幸福感由积极情感、消极情感、师生同学朋友交往满意感、外在环境满意感、家庭环境满意感、情感满意感、学习及自我满意感七个维度组成;②在性别上,大学生的幸福感存在显著差异,尤其是在外界环境满意度维度上女生显著高于男生;③在生源地上,城市大学生在积极情感、消极情感两个维度上的主观幸福显著高于农村大学生;④在年级上,各年级在消极情感、学习及自我满意度维度上存在显著差异。在此次调查结果的基础上,对提高大学生主观幸福感提出了相应措施。

关键词: 河南大学;大学生;主观幸福感

中图分类号: G444

文献标识码: A

文章编号: 2095-770X(2017)05-0020-06

PDF获取: <http://sxxqsfxxy.ijournal.cn/ch/index.aspx>

doi: 10.11995/j.issn.2095-770X.2017.05.005

A Study on the Subjective Well-being of Students in Henan University

BAI Yao-yao

(College of education, Huaibei Normal University, Huaibei, Anhui 235000, China)

Abstract: The study is based on the investigation of the subjective well-being of 113 college students in Henan University with questionnaire. It is found that ① College Students' subjective well-being consists of seven dimensions, including positive emotion, negative emotion, communication satisfaction among teachers, classmates and friends, environmental satisfaction, family atmosphere, affection satisfaction, study and self satisfaction; ② Gender difference is obvious in the sense of happiness among college students, and especially in the dimension of the satisfaction with external environment, girls show greater satisfaction than boys; ③ As far as the origin of the students is concerned, the subjective well-being of urban college students is extremely higher than that of rural students in the dimension of positive emotion and negative emotion; ④ There exist dominant differences in the dimension of negative emotion, study and self satisfaction among all grades. According to the research, the paper puts forward the corresponding measures to improve college students' subjective well-being.

Key words: Henan University; College Students; Subjective Well-Being

一、引言

主观幸福感(Subjective Well-Being,简称SWB)作为心理学术语专指评价者根据自定的标准对其生活质量的整体性评估(Diener E,1984)^[1]。主观幸福感作为反映生活质量的重要心理学参数日益受到关注,从个体主观体验出发,尊重个体对生活

的体验和评价,对主观幸福感进行研究,把握个体主观生活状况,将有助于提高生活质量,帮助人们实现自身价值。大学生作为社会中的重要群体,他们的生活质量需我们时刻关注,同时成长中也出现这种现象:因心理问题引起的事故在高校中频频发生(张凤林,王振勇,1998;郑丽君,1999)。因此,对正处于发展时期的大学生成长、教育,及进一步指导大学生

收稿日期:2017-03-01;修回日期:2017-03-17

作者简介:白焱焱,女,河南焦作人,淮北师范大学教育学院硕士研究生。

积极、健康地生活和实现其人生价值具有重要的意义。

主观幸福感主要是指评价者对其生活质量所做的情感性和认知性的整体评价,它是一种主观的、整体的概念,同时也具有其相对稳定性。其由三个部分构成:积极的情感体验、消极的情感体验和生活满意度。其中生活满意度是对自身生活质量进行总体性的认知评价,包括对外界环境的满意度,家庭满意度,自我满意感,等。

(二)大学生主观幸福感的国内研究及主要结论

近三十年,主观幸福感的研究在国内取得了大量成果。对主观幸福感的理论概念、测量、城市居民生活满意度等多方面进行深入研究。从开始的以年龄为特点的研究发展到以群体属性为特点来研究,研究对象在不断的扩大,但总体上仍然呈现研究领域不均、群体研究不全等现状。除此之外,因研究方法、测量工具等不同,其研究的结论存在差异。

在针对大学生为主要群体的研究中,常用的量表有段建华(1996)对 Fazio(1997)编制的总体幸福感量表(GWB)的修订版,Ed Diner(1995)等人编制的《国际大学生调查》问卷^[2],纽芬兰纪念大学幸福度量表(MUNSH)等,这些量表在对我国大学生进行施测时均具有较好的信效度。但是这些研究工具都需要有一个本土化的过程,在这个过程中,我们可以取其精华,去其糟粕,结合我国大学生的实际情况,编制出适合本土研究的测量工具,以便未来做更加深入和广泛的研究。在已有大学生主观幸福感研究中,除了对个体基本资料(如性别、年龄、经济状况)的研究外,也更多的关注主观幸福感与社会支持、个体的人格特征、人际关系等因素的两两关系研究,尤其是领悟社会支持这一方面。

众多的研究已对我国大学生主观幸福感的水平有了初步的结论,及我国大学生的主观幸福感水平处于中等阶段。领悟社会支持能力较高的学生,其主管幸福感较高;自我效能感与主观幸福感呈正相关;在愉快民主的家庭中成长的孩子,其体验幸福感的能力较高;在人口统计变量学中,性别是否对主观幸福感有显著的影响存在巨大的差异,这还需要我们在日后的研究中逐渐加深。

二、方法

(一)研究对象

本次调查采取随机抽样的方法,随机选取河南大学一、二、三年级的学生为被试采用问卷方式进行调查。其中一、二、三年级各 40 份;实际发放问卷

120 份,回收 118 份,回收率为 98.3%,问卷回收后剔除规律性作答 2 份,测谎题 3 题或 3 题以上得分 ≤ 3 分的 3 份。剩下有效问卷 113 份,有效率为 94.2%。其中,男生 60 人、女生 53 人,一年级 38 人、二年级 36 人、三年级 39 人,城市 34 人、农村 79 人,独生子女 28 人,占 24.78%,调查对象的年龄在 17—23 岁之间。

(二)研究工具

本研究的调查问卷采用了《大学生主观幸福感调查问卷》,问卷分为 7 个维度 38 个项目,加上 4 道测谎题和 1 道效标题,共计 43 道题。其中根据因素分析结果建立 7 个维度,包括:维度 1(F1)消极情感;维度 2(F2)积极情感;维度 3(F3)同学朋友交往满意感;维度 4(F4)外界环境满意感;维度 5(F5)家庭满意感;维度 6(F6)情感满意感;维度 7(F7)学习及自我满意感。本问卷的计分方法:采用“完全不符合、基本不符合、说不清、基本符合、完全符合”5 级评定,分别记 1、2、3、4、5 分。其中第 5、6、13、17、23、25、27 题,共七个项目采用反向计分^[3]。某个维度得分越高说明这种因素对主观幸福感的影响强,得分越低影响越弱。

该问卷(大学生主观幸福感调查问卷)的信度效度。信度检验:问卷的 Guttman 分半信度为 0.862,内部一致性信度 Cronbach α 系数为 0.886。内部一致性信度系数见表 1。

表 1 内部一致性信度系数

	总问卷	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7
α 系数	0.886	0.814	0.795	0.715	0.513	0.621	0.679	0.567

效度选用 Andrews & Withey 人脸量表作为效标。大学生主观幸福感问卷与效标题的相关为 0.53, $p<0.01$,相关达到显著性水平,效标效度良好。

信度、效度的指标证明该量表是可信的,在测量上是有效度的,可以借用来对大学生主观幸福感进行测量。

(三)数据统计与分析

全部问卷数据经过初步整理分析,统一输入 SPSS19.0 对数据进行 t 检验、方差分析。

由于第 14 题和第 21 题是根据被试具体情况有选择性的回答问题,因此没有回答的被试的得分由该项目所有的回答被试的该项目平均分数代替,获得大学生主观幸福感的主要特点。主要考察指标:①大学生主观幸福感的总体水平;②大学生的主观幸福感在性别、生源地、年级、家庭收入、是否独生、是否单亲等方面是否存在显著差异。

三、结果

(一)大学生主观幸福感的性别差异

对男女大学生的幸福感得分进行测量,男女大学生在外界环境满意感上存在显著的差异。总体上,女生与男生相比,女生的主观幸福感水平较高,t 检验显著(见表 2)。

表 2 不同性别的大学生主观幸福感差异(M±SD)

维度	男	女	t	p
消极情感	3.165±0.675	3.399±0.695	-1.822	0.071
积极情感	3.252±0.565	3.350±0.620	-0.875	0.384
交往满意度	3.281±0.321	3.265±0.343	0.262	0.794
外界环境满意度	3.305±0.857	3.616±0.608	-2.203	0.03 *
家庭满意度	3.801±0.535	3.782±0.587	0.175	0.862
情感满意度	3.359±0.644	3.377±0.398	-0.178	0.859
学习及自我满意度	3.102±0.522	3.085±0.489	0.173	0.863
总分	139.95±10.505	144.41±11.52	-2.152	0.034 *

注: * 表示差异显著, $p < 0.05$, 下同。

表 3 是否是独生子女对大学生主观幸福感影响的差异(M±SD)

维度	独生	非独生	t	p
消极情感	3.413±0.724	3.448±0.678	1.208	0.230
积极情感	3.448±0.560	3.250±0.584	1.551	0.124
交往满意度	3.292±0.275	3.267±0.350	0.339	0.735
外界环境满意度	3.357±0.795	3.485±0.752	-0.771	0.442
家庭满意度	3.866±0.511	3.768±0.572	0.808	0.098
情感满意度	3.285±0.520	3.395±0.545	-0.935	0.122
学习及自我满意度	3.121±0.433	3.085±0.528	0.333	0.740
总分	143.93±13.83	141.47±10.18	1.009	0.315

(三)单亲与否对大学生主观幸福感的影响

从主观幸福感得分的均值上看,非单亲家庭的主观幸福感高于单亲家庭的学生,但由检验结果得

出:单亲与非单亲家庭大学生主观幸福感之间无显著性差异。

表 4 单亲与否对大学生主观幸福感影响的差异(M±SD)

维度	单亲	非单亲	t	p
消极情感	3.512±0.718	3.266±0.691	0.777	0.439
积极情感	3.402±0.647	3.294±0.591	0.397	0.692
交往满意度	3.260±0.254	3.274±0.334	-0.092	0.927
外界环境满意度	3.650±0.762	3.444±0.764	0.588	0.557
家庭满意度	3.450±0.371	3.808±0.561	-1.408	0.162
情感满意度	3.254±0.371	3.373±0.546	-0.482	0.630
学习及自我满意度	2.800±0.490	3.107±0.503	-1.337	0.184
总分	140.80±9.450	142.14±11.28	-0.261	0.795

(四)生源地对大学生主观幸福感的影响

由表 5 我们可以看出,城乡之间在积极情感和消极情感这两个维度上,t 检验显著。进一步进行平均数的比较可以发现,城市学生平均值在积极情感和消极情感上都要高于农村学生。

(五)家庭经济状况对大学生主观幸福感的影响

对于经济状况与主观幸福感的关系历来存在着一定的争论。一些学者认为,收入与主观幸福感呈正相关,收入会带来更多的物质享受、权利与地位,因而主观幸福感较高。由表 6 可以看出,总体上是

不存在显著差异的。

表 5 生源地对学生主观幸福感影响的差异 (M±SD)

维度	城市	农村	t	p
消极情感	3.479±0.703	3.190±0.672	2.066	0.041*
积极情感	3.466±0.571	3.227±0.588	1.993	0.049*
交往满意度	3.236±0.281	3.290±0.350	−0.796	0.428
外界环境满意度	3.427±0.700	3.465±0.790	−0.247	0.805
家庭满意度	3.816±0.601	3.781±0.542	0.301	0.764
情感满意度	3.354±0.507	3.374±0.554	−0.171	0.865
学习及自我满意度	3.052±0.510	3.111±0.504	−0.563	0.574
总分	144.29±12.65	141.12±10.42	1.387	0.168

表 6 家庭经济状况对学生主观幸福感影响的差异 (M±SD)

维度	500 元以下	500—1000 元	1000—2000 元	2000 以上	F	p
消极情感	3.19±1.033	3.397±0.637	3.245±0.756	3.266±0.649	0.228	0.877
积极情感	3.337±0.506	3.051±0.589	3.362±0.582	3.333±0.597	1.284	0.284
交往满意度	3.19±0.416	3.159±0.390	3.351±0.343	3.25±0.284	1.626	0.188
外界环境满意度	3.583±0.878	3.486±0.667	3.476±0.80	3.415±0.775	0.093	0.964
家庭满意度	3.667±0.520	3.694±0.730	3.714±0.537	3.9±0.503	1.134	0.339
情感满意度	3.577±0.601	3.341±0.478	3.341±0.541	3.388±0.565	0.219	0.883
学习及自我满意度	3.533±0.611	2.967±0.441	3.057±0.525	3.144±0.497	1.395	0.248
总分	140.67±8.963	138.33±10.79	141.71±11.19	143.82±11.34	1.112	0.347

(六) 年级对大学生主观幸福感的影响

由表 7 可以得出,经方差分析,不同年级的大

学生主观幸福感得分在 F1(消极情感)和 F7(学习

及自我满意感)这两个维度上存在显著性差异,在其

他维度上无显著性差异。

继续对 F1 和 F7 这两个维度中各年级差异进

行多重比较(见表 8)。

表 7 年级对学生主观幸福感影响的差异 (M±SD)

维度	大一	大二	大三	F	p
消极情感	3.511±0.738	3.182±0.640	3.136±0.644	3.483	0.034*
积极情感	3.285±0.556	3.287±0.621	3.324±0.610	0.051	0.950
交往满意度	3.226±0.372	3.341±0.222	3.257±0.367	1.207	0.303
外界环境满意度	3.540±0.815	3.465±0.756	3.359±0.721	0.543	0.583
家庭满意度	3.770±0.659	3.694±0.538	3.904±0.454	1.373	0.258
情感满意度	3.203±0.621	3.474±0.412	3.431±0.529	2.843	0.063
学习及自我满意度	2.911±0.530	3.178±0.411	3.195±0.520	3.994	0.021*
总分	141.71±12.58	141.72±10.19	142.77±10.85	0.112	0.895

由表 8 可以看出,在 F1 中一年级主观幸福感得分和二年级、三年级主观幸福感得分存在显著性差异,F7 中二年级主观幸福感得分和一年级得分存在显著性差异,三年级主观幸福感得分和一年级得分存在显著性差异。在 F1 和 F2 中二年级和三年级主观幸福感得分差异不显著。

四、讨论

(一) 大学生主观幸福感维度构成

对于主观幸福感维度的构成,并非存在高度的

一致性。由于不同的文化背景下人们的价值观、社会发展的程度和行为规范各具差异,从而影响人们对主观幸福感的体验也各有差异。即使是在同样的文化背景下,不同的年龄阶段或者是性别差异都会对主观幸福感存在不同的体验。大学生是社会中的一支特殊群体,身心都在不断地发展,他们对主观幸福感的体验更会有其特殊之处,“主观幸福感不能滞留于少数思想者对构成幸福内容的判断,需要挖掘特定目标研究群体的主观幸福感体验内容。”(刑占军,2003)本文就这个思路出发,去深入调查大学生

这一特殊群体,从七个不同的方面去对大学生主观幸福感进行探究,发现这些维度能够反应大学生这一特殊群体的情感体验。

表 8 F1 和 F7 两维度的多重比较

因变量	(I)年级	(J)年级	均值差 (I-J)	p
F1	1	2	0.329	0.039*
		3	0.375	0.016*
	2	1	-0.329	0.039*
		3	0.047	0.766
	3	1	-0.375	0.016*
		2	-0.047	0.766
F2	1	2	-0.267	0.021*
		3	-0.284	0.013*
	2	1	0.267	0.021*
		3	-0.017	0.881
	3	1	0.284	0.013*
		2	0.017	0.881

丁新华等(2003)曾对幸福感的维度进行实证探究,而该研究的问卷与其维度进行对比,增加了外界环境满意感和情感满意感,其他较为一致^[4]。由于处于学校这一较为相似的环境中的个体,学习、交往、自我都是他们比较关注的方面,所以学习满意感,同学朋友交往满意感、自我满意感都出现在初中生和大学生的主观幸福感维度中。新增情感满意感也有其原因,因为情感满意感中涉及爱情,这与初中生主观幸福感相关程度不大。对于新增外界环境满意感我们也可以很容易理解,大学生关注时事政治要大于其他群体。黄希庭等(1999)对大学生的调查显示,在大学生所选择的重要人生目标中,“国家强盛”居于显著位置^[5]。对于国家形式和世界局势的满意度在一定程度上也会影响大学生的主观幸福感体验。

在主观幸福感问卷得分中,最低的是 F7(学习及自我满意感)。车文博等(2003)曾对全国 13 所大学共 2007 名大学生的心理压力感状况进行调查,发现导致大学生群体中压力最大的是学习压力。而本次调查在第 12 个项目“我总是感到学业任务繁重,学习压力太大”项目得分均值为 2.79 远远低于总得分平均水平 3.37。这一维度所涉及自我满意感得分也很低。大学生主观幸福感问卷中得分均值较高的是 F5 家庭满意感,这可能与大学生和家庭成员交流的重视和情感投入有关。

(二)性别对大学生主观幸福感的影响

根据测量结果,男女之间的主观幸福感得分存

在显著性差异($p<0.05$)。在不同维度上的男、女大学生主观幸福感得分比较中,在外界环境满意感这一维度上女生显著高于男生。这一结论和以前部分研究结果一致。李志等(2000)对 780 名重庆大学生的调查发现,觉得很幸福和比较幸福的女生达 59.6%,高于男生 46.0%^[6]。在当今社会,女生获得的社会支持一般比男生要多。而男生,所要承担的社会责任、社会压力均要高出女生。因此,在对外界环境满意度方面,女生要显著高于男生。另外,研究者对性别与主观幸福感关系的看法不尽相同,而我们在研究的过程中,使用的测量工具不同,侧重点不同,分析数据的方法也不尽相同。因此,我们在做研究的过程中,不能够单纯的用“是”或“否”来回答主观幸福感是否存在性别差异,而是应该将着力点放在主观幸福感存在什么样的性别差异上。

(三)独生子女状况对大学生主观幸福感的影响

测量结果显示,独生子女在多个维度的得分都略高于非独生子女,但在总体状况不存在显著差异。这与陈静等(2003)的研究表明,独生子女明显比非独生子女的满意感高不一致。在实际生活中,独生子女与非独生子女在心理和行为等方面确实各有特点。独生子女在求知性、想象力和灵活性等方面要略优于非独生子女,但其在情绪稳定性、自制力和耐久性等方面又略低于非独生子女,这些优缺点同时促进和阻碍了主观幸福感的获得。因此,有必要进行更加深入的研究。

(四)单亲与否对大学生主观幸福感的影响

测量结果显示,单亲家庭的大学生在家庭满意度、情感满意度和学习及自我满意度的指数得分上明显低于非单亲家庭的大学生,但是总体水平单亲与否与大学生主观幸福感没有显著差异。随着我国离婚率的不断攀升,单亲家庭成长的子女数量不断扩大,尽管有不利的环境影响,但是大多数的单亲家庭子女都能够积极的面对且勇于承担,更能够领悟生活的意义,以自己的方式追求幸福。

(五)生源地对大学生主观幸福感的影响

对于生源地,虽然城镇学生主观幸福感和农村学生主观幸福感在总表中无显著性差异,但在分量表 F1(消极情感)和 F2(积极情感)中,城镇学生主观幸福感和农村学生主观幸福感存在显著性差异,且城镇学生主观幸福感得分高于农村学生主观幸福感得分,显示出城镇大学生在消极情绪(沮丧、压抑、孤独、厌烦、对前途的担心和恐惧等等)方面要高于农村大学生,这可能是由于其生活的环境所造成的;

而在积极情感(对自己做完的事情感到自豪、幸运感、有希望、对事物的兴趣、对生活的控制力等)又高于农村大学生。这可能是他们生活在大城市,眼界更为开阔,自身也存在优越感,使得自己有更多的积极情感体验。也有研究表明:这是两个群体不同社会经济文化背景的差异反映。来自城市的大学生原本就可能出生于高教育文化背景中,而农村的学生则出生在文化家庭背景相对较差的环境中,可能面对更多自我调节和适应方面的压力^[7](张雯,郑日昌,2004)。

(六)家庭经济状况对大学生主观幸福感的影响

对于不同家庭经济收入的学生,家庭收入越高,主观幸福感总均值越高,但总体上差异不显著。对比数据,发现收入在500元以下的学生,在消极情感和家庭满意度两个维度上均值最低;在情感满意度和学习及自我满意度两个维度上均值最高。由于家庭情况不乐观给他们带来了许多物质上的困扰,但是其拥有更加丰富的情绪体验,对学业和自我要求等方面有更高的追求。

(七)年级对大学生主观幸福感的影响

不同年级大学生主观幸福感无显著性差异。三年级学生的主观幸福感得分较高些,一、二年级学生的主观幸福感得分相差不大。进一步进行多重比较分析显示,一年级主观幸福感得分和二年级、三年级主观幸福感得分存在显著性差异,二年级和三年级主观幸福感得分无显著性差异。造成这一原因可能是大一新生刚入学,对新环境不够熟悉,而二、三年级学生可能是因为他们对学校的环境已经完全熟悉,基本掌握了大学的学习方法,自我意识已趋向稳定,对自我的把握比一年级更加坚定有效,幸福体验逐渐增强。

五、建议

关注大学生主观幸福感应该关注大学生的情绪体验、人际交往、外在环境、家庭、学习和自我各方面认知评价的满意度。首先,学生要重视积极情绪的积累。积极情绪是主观幸福感维度的重要组成部分。大学生在日常生活中多做令自己感到幸福的事情,如:读自己喜欢的书;从事自己喜欢的体育锻炼;和志同道合的朋友一起参加社团活动;亲近大自然

等等,这些事件都会增加个体的积极情绪体验,从而提升自己的幸福感水平。其次,学校应当重视积极情绪教育,加强大学生心理健康教育。不仅要积极帮助有心理障碍的大学生克服消极情绪,排除心理障碍;还要做到预防,减少消极情绪和心理障碍的发生。指导学生提高正确处理和调节自己消极情绪的能力,培养大学生的耐挫力,使其积极地适应大学学习生活。最后,有针对性的关注不同大学生的生活质量。通过调查发现一年级大学新生、家庭经济收入较低的学生主观幸福感较低。针对这一现象,开展各种团体活动帮助他们尽快熟悉并适应新的人际关系;开展各种与高年级同学交流的活动,以便他们更快了解新的学习环境,尽快根据大学学习的特点调整学习方法,找到自己的学习兴趣。对于家庭有困难的学生,要积极给与帮助,提供勤工助学岗位等来缓解他们的经济压力,以便全身心地投入到学习当中。对于特困大学生经常出现的自卑、性格孤僻等心理问题进行专门的辅导。注意加强班级、宿舍的集体文化建设,为他们营造一个良好的学习生活氛围^[8]。

[参考文献]

- [1] Diener E. Subjective Well-Being[J]. Psychology Bulletin, 1984, 95(3): 542—575.
- [2] 刑占军. 中国城市居民主观幸福感量表的编制[D]. 华东师范大学, 2003.
- [3] 车文博,等. 大学生心理压力感基本特点的调查研究[J]. 应用心理学, 2003, 9(3): 3—9.
- [4] 王极盛,丁新华. 初中生主观幸福感与生活事件的关系研究[J]. 心理与行为研究, 2003, 1(2): 96—99.
- [5] 黄希庭,等. 当代中国大学生心理特点与教育[M]. 上海:上海教育出版社, 1999, 118.
- [6] 李志,等. 对当代大学生幸福观的调查[J]. 探索, 2000(3): 62—65.
- [7] 张雯,郑日昌. 大学生主观幸福感及其影响因素[J]. 中国心理卫生杂志, 2004, 18(1): 61—62.
- [8] 郑雪,等. 大学生主观幸福感及其人格特征的关系[J]. 中国临床心理杂志, 2003, 11(2): 105—109.

[责任编辑 王亚婷]