

# 新媒体环境下大学生社会支持与心理弹性的关系研究

王友良

(云南师范大学教育学部 云南 昆明 650500)

**[摘要]**目的:探究学生社会支持、心理弹性水平之间的关系。方法:采用随机取样的方法抽取在校大学生共520人进行社会支持评定量表(SRSS)、心理弹性量表(CD-RISC)的施测。结论:社会支持与心理弹性呈显著正相关。

**[关键词]**社会支持;心理弹性

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.07.004

随着传统传媒方式的变革,伴随着新媒体技术的发展以及新媒体对人们生活方方面面的渗入,我们在享受它给我们带来的便捷与惊喜的同时,我们的思维方式、行为方式也受到影响。心理弹性是心理健康的保护因素,社会支持是个体在遭受挫折时所得到的他人的关心、帮助,社会支持可以起到降低生活事件造成的紧张度,促进适应社会环境的作用。研究二者的关系可以为大学生心理健康教育工作开展、心理适应性辅导和学生教育管理工作提供建议和科学理论支撑。

## 1. 现状调查

### 1.1 研究对象

本研究对象为大学四个年级学生。共计发放问卷527份,回收520份,其中废卷5份,最终有效问卷515份,问卷回收率和有效率为98.7%和99.0%。

### 1.2 研究工具

#### 1.2.1 社会支持量表(SRSS)

采用肖水源的社会支持量表,包括3个维度,10个项目,其中第1、6、7、10项反映的是客观支持;第2、3、5项反映的是主观支持;第4、8、9项则是社会支持的利用度。得分越高社会支持水平越高,该量表内部一致性系数为0.92,具有良好的信效度,适合我国人群使用,社会支持得分我国常模为(34.36±3.73)分。

#### 1.2.2 心理弹性量表(CD-RISC)

采用肖楠和张建新于2007年修订的心理弹性量表中文版(CD-RISC),同时采用张建新,余肖楠的3维度分法(2007),即坚韧性、力量性和乐观性,共有25个条目,采用5级计分方式,得分越高者表示心理弹性水平越高。该量表Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.89,重测信度为0.87,通过在不同人群中施测,具有良好的信度和效度,并且CD-RISC量表对于心理弹性的预测效力已得到公认,应用较为广泛。心理弹性国内常模为(65.4±13.9)分。

### 1.3 统计分析

采用SPSS 18.0 统计软件进行数据的录入与分析。

### 1.4 结果

#### 1.4.1 现状分析

表1结果显示,大学生社会支持得分高于全国常模,心理弹性得分低于全国常模。

表1 大学生社会支持、心理弹性与常模差异比较/M±SD

组别	社会支持	心理弹性
常模	34.36±3.73	65.4±13.9
90后大学生	38.03±6.05	62.07±8.84
t	91.971	102.73
P	0.000	0.000

#### 1.4.2 专业差异

由表2可以看出,社会支持方面,主观支持、客观支持和支持利用度各维度,文科生要好于理科生,且除了客观支

持文科没有有显著差异( $P>0.05$ ),其他各维度均差异显著( $P<0.05$ )。在心理弹性得分中,各项指标文科高于理科,但各维度及总分、均分均未达到统计学差异显著水平( $P>0.05$ )。

表2 专业差异比较(N=515)

项目	专业	M±SD	t
社会支持	主观支持	文科	8.91±2.33
		理科	8.20±2.44
	客观支持	文科	22.45±3.61
		理科	22.34±3.41
	支持利用度	文科	8.48±1.74
		理科	7.92±1.88
社会支持总分	文科	39.84±5.81	
	理科	38.64±5.89	

(注: \*= $p<0.05$ , \*\*= $p<0.01$ , \*\*\*= $p<0.000$ ,各维度均不显著的数据略,下同。)

#### 1.4.3 性别差异

由表3可以看出,社会支持方面,主观支持、客观支持和支持利用度各维度,女生要好于男生,且除了客观支持在性别方面没有有显著差异( $P>0.05$ ),其他各维度均差异显著( $P<0.05$ )。在心理弹性得分中,在坚韧性维度男生得分高于女生,但各维度及总分、均分均未达到统计学差异显著水平( $P>0.05$ )。

表3 性别差异比较(N=515)

项目	性别	M±SD	t
社会支持	主观支持	男	8.25±2.52
		女	8.86±2.28
	客观支持	男	22.28±3.79
		女	22.48±3.35
	支持利用度	男	7.96±2.00
		女	8.45±1.66
社会支持总分	男	38.49±6.39	
	女	39.79±5.45	

#### 1.4.4 独生子女差异

由表4可以看出,社会支持上,非独生子女要高于独生子女,而且在客观支持维度差异显著( $P<0.05$ )。在心理弹性得分中,在力量性维度非独生子女得分高于独生子女,其他各维度及总分、均分独生子女得分更高,但未达到统计学差异显著水平( $P>0.05$ )。

表4 独生子女差异比较(N=515)

项目	是否独生	M±SD	t
社会支持	主观支持	是	8.91±2.60
		否	8.49±2.29
	客观支持	是	21.51±3.80
		否	22.81±3.32
	支持利用度	是	8.16±1.93
		否	8.30±1.77
社会支持总分	是	38.57±6.29	
	否	39.60±5.65	

#### 1.4.5 大学生社会支持、心理弹性的年级差异

由表5可以看出, 社会支持、心理弹性各维度之间不存在显著差异 ( $P>0.05$ )。大学生社会支持得分的趋势是三年级得分最低, 一年级最高。大学生心理弹性得分随年级的升高迅速降低。

表5 年级差异比较 (N=515)

项目	年级	M±SD	F
总分	社会支持总分	大一	29.49±5.89
		大二	39.02±5.27
		大三	35.57±6.73
		大四	38.21±6.69
	心理弹性总分	大一	63.72±12.28
		大二	61.91±11.28
		大三	59.86±13.08
		大四	60.03±15.25

#### 1.4.6 家庭所在地差异

通过方差分析比较, 由表6可以看出, 社会支持上, 来自农村的学生总分最高, 来自城市的学生在主观支持维度得分最高, 来自农村的学生的客观支持维度得分最高, 且差异均达到显著水平 ( $P<0.05$ )。在心理弹性得分中, 各维度及总分、均分来自城市的学生得分更高, 且除力量性维度以外其余各维度及总分均达到统计学差异显著水平 ( $P<0.05$ )。

#### 1.4.3 相关分析

对心理弹性、社会支持进行皮尔逊相关分析, 表7结果显示, 社会支持、心理弹性呈显著正相关。

表7 心理弹性、社会支持相关分析矩阵/r (N=515)

项目	M	SD	社会支持	心理弹性
社会支持	38.03	6.049	1	
心理弹性	62.02	8.839	.430**	1

## 2. 对策与建议

①心理弹性水平相对较差, 应着力构建宏观、中观、微

观的多层次心理健康工作体系, 提高大学生心理弹性水平。

②学生从一年级到三年级, 心理弹性水平处于持续下降状态, 三年级到四年级略微上升。应改善教育教学质量, 加强引导, 避免学生心理弹性水平下降。

③文科生对社会支持的利用上优于理科生, 女生优于男生, 且差异集中于主观支持和社会支持利用度上。因此, 应重视对社会支持的指导, 并重点加强对理科生和男生的指导。

④三年级学生在社会支持和心理弹性的得分均为最低, 且在二年级到三年级, 社会支持水平突然明显下降。因此需要重点加强对三年级学生的关注和指导。

⑤加强对农村学生心理弹性、应对方式等方面的指导。农村学生在心理弹性水平和应对方式上都差于城镇学生, 在对心理弹性和应对方式的指导上, 应侧重于农村学生。

⑥发挥班级朋辈辅导作用, 提高学生心理弹性, 积极引导学生建立社会支持。

#### 参考文献

[1]《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用[J].肖水源.临床精神医学杂志.1994(02)  
 [2]自我韧性量表与Connor-Davidson韧性量表的应用比较[J]于肖楠, 张建新.心理科学.2007(05)  
 [3]Connor-Davidson韧性量表(CD-RISC)在中国大陆的应用[P].于肖楠, 张建新.2005

#### 作者简介:

王友良(1988—), 男, 汉族, 云南昆明人, 讲师, 硕士研究生, 云南师范大学教育学部, 主要研究方向: 学生思想政治教育与心理健康教育。

[基金项目]本研究系2021年度云南省教育厅科学研究基金项目“新时代研究生教育立德树人的实践路径研究——基于核心素养视域”研究成果(立项编号2021J0457)。

表6 家庭所在地差异比较 (N=515)

项目	家庭所在地	M±SD	F
社会支持	主观支持	城市	9.07±2.43
		乡镇	8.59±2.72
		农村	8.43±2.29
	客观支持	城市	21.90±3.80
		乡镇	21.56±3.13
		农村	22.80±3.44
	支持利用度	城市	8.17±1.91
		乡镇	8.29±2.12
		农村	8.29±1.71
社会支持总分	城市	39.13±6.06	
	乡镇	38.44±6.26	
	农村	39.52±5.71	
心理弹性	坚韧性	城市	33.64±8.02
		乡镇	29.85±7.04
		农村	31.59±6.85
	力量性	城市	22.15±4.67
		乡镇	20.89±4.06
		农村	21.61±4.02
	乐观性	城市	10.20±2.24
		乡镇	9.38±2.02
		农村	9.33±2.16
心理弹性总分	城市	65.99±13.58	
	乡镇	60.12±11.93	
	农村	62.53±11.69	