

友谊与大学生主观幸福感研究 ——对复旦大学本科生的调查分析

陈峰¹, 王瑾²

(1. 复旦大学经济学院, 上海 200433; 2. 上海市复兴高级中学, 上海 200434)

[摘要] 采用自填式问卷调查的方法, 对复旦大学 2011、2012 级的 859 名本科生的主观幸福感 (SWB) 进行调查, 探讨友谊与大学生主观幸福感的关系。通过对调查结果的回归分析, 发现对大学生主观幸福感具有显著影响的七个因素在权重上存在差异, 其中友谊对大学生幸福感的有着显著的影响。同时, 已有的比较理论能够很好地解释大学生主观幸福感。

[关键词] 主观幸福感; 友谊; 大学生; 比较理论

[中图分类号] G 444

[文献标识码] A

[文章编号] 1671-6493 (2013) 04-0016-07

一 引言

主观幸福感 (Subjective Well Being, 简称 SWB) 是衡量个人和社会生活质量的一种重要的综合性心理指标, 是根据主体自定的标准对自己生活状况的一种整体评估。本文将大学生主观幸福感定义为: 大学生个体依据自己设定的标准对大学生生活质量所作的总体评价, 反映了大学生对个体生活状况的满意程度。这一概念包括积极情感、消极情感和生活满意度三个方面。近年来对大学生主观幸福感的研究主要集中在人格、应对方式和社会支持, 对友谊与主观幸福感之间的关系缺乏系统深入的研究。而从笔者与 20 余名大学生的深度访谈中发现, 大学生普遍认为友谊对主观幸福感具有显著影响。因此, 探寻两者之间的关系具有重要的理论意义和现实意义。

二 研究背景

1958 年, 美国经济学家 Galbrith 在其著作《丰裕社会》中提出了“生活质量”这一概念, 受到了社会学、心理学和经济学等领域的广泛关注。之后, 生活质量这一范畴逐渐分化为两大研究取向: 客观生活质量 (Objective Quality of Life) 研究和主观生活质量 (Subjective Quality of Life) 研究。后者着眼于人们的幸福体验, 侧重考察人们的态度、

期望、感受、欲望、价值等方面, 通常也被称为“主观幸福感”研究 (邢占军, 2005)^[1]。

(一) 理论研究

对主观幸福感的理论研究, 主要源于两种代表性的幸福观: 快乐主义 (hedonic) 幸福观和完善论 (eudaimonic) 幸福观 (邢占军, 2005)^[1]。前者宣扬肉体感官的享乐, 认为幸福只是某一生物的健康正常的状态, 它的十分强健的或安乐的状态 (Aristippus, 435 - 356 BC; Loche, 1631 - 1704; Feuerbach, 1804 - 1872 等)。完善论幸福观, 认为幸福是人的内在“生产能力”中所产生的一种结果 (Aristotle, 384 - 322 BC; Paulsen, 1846 - 1908; Fromm, 1900 - 1980 等)。

当代对主观幸福感的研究主要产生了如下理论: 价值观和目标理论、比较理论 (三个分支: 社会比较理论、适应理论、自我比较理论)、人格-环境交互作用理论、适应和应对理论、过程理论、人际关系容纳度理论以及结果理论等。

(二) 实证研究

目前, 大多数研究采用样本回归方法对主观幸福感进行测量, 测量工具一般包括问卷和量表。问卷和量表基本上采用权威制定的, 如: 总体生活满意感量表 (Diener et al, 1985)、青少年生活满意度量表 (Huebner, 1994) 等; 还有一些是在权威基础上根据实际情况自行制定的, 如: 总体幸福感

量表(GWB)由美国国立卫生统计中心制订,国内段建华(1996)对其进行修订,从而成为一种定式型测量工具^[2]。

目前,大学生主观幸福感的研究取得了一些成果,但是有些维度已经被学者反复研究,另外一些因素却缺乏系统而深入地探讨。

表1 大学生主观幸福感的实证研究结果汇总

| | |
|-------------|---|
| 显著 相关因素 | 年级、国家或地区差异、体育锻炼、睡眠状况、社会支持各因子、家庭关系、就业、身体健康状况、学习成绩、人际容纳度、生活满意度、个体情感、个体价值、个体人格特征、主流意识形态、自我效能、完美主义、自尊 |
| 不显著 相关因素 | 个体过去生活事件、独生子女状况、人归因方式、就业压力、外在准则和个体的自我体验等 |
| 存在争议的 因素 | 性别、家庭经济条件、城乡来源、专业 |

三 研究设计

(一) 研究假设

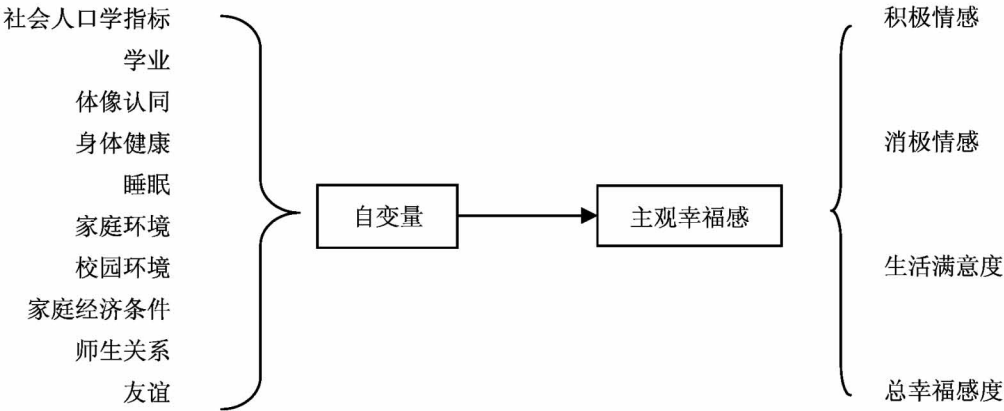


图1 大学生主观幸福感综合模型图

(三) 研究测量

已有研究对大学生主观幸福感的测量大多是从生活满意度、个体的积极和消极情感三方面进行的^[3]。影响大学生主观幸福感的因素主要集中在:人格特征、社会关系、自我认同、身体状况、睡眠状况、年级差异、地域差异、家庭关系、家庭经济条件、学业情况、城乡来源、性别、是否为独生子女、专业等维度上。本文从中选取了一部分维度作为自变量进行测量,对主观幸福感的测量主要通过积极情感、消极情感、生活满意度和总体幸福感程度四个变量进行。其中,在问卷中对于友谊这一因

随着人们物质生活的满足,人的发展越来越集中到了主观幸福感的发展,大学生也不例外。圣·奥古斯丁曾说过,人与人的友谊,把多数人的心灵结合在一起,由于这种可贵的联系,是温柔甜蜜的。可见,友谊对人的主观情感起到了非常重要的作用。结合现实状况和以往的调查分析,本文提出以下两个基本假设:

假设1:友谊对大学生主观幸福感有较大影响。

假设2:比较理论能够较好地解释大学生主观幸福感的差异。

(二) 研究模型

根据大学生的实际情况,本文主要通过构建包括社会人口学指标、学业、身体状况、体像认同、自我肯定、睡眠、家庭环境、校园环境、家庭经济条件、师生关系、友谊在内的大学生主观幸福感综合模型(见图1),分析大学生主观幸福感的显著影响因素。同时,研究友谊在综合模型中的地位。

变量的题目设计如下:

- N01. 我觉得我现在有的朋友比理想中的少
- N02. 我觉得我需要结交更多的朋友
- N03. 与其他同学相比,我的朋友很少
- N04. 我现在的朋友数量比中学阶段要多
- N05. 我的朋友的数目比班上其他同学所拥有的朋友的数目多
- N06. 我有足够多的知心朋友
- N07. 我觉得我现在所拥有的能说私密的挚友比理想中的少
- N08. 往往一些偶然的事件使朋友之间产生

隔阂

- N09. 我与我的朋友在一起有很多趣事
- N10. 我的朋友们对我很友善
- N11. 我希望我的朋友与现在的不同
- N12. 不管我做什么有些人就是不喜欢我
- N13. 我觉得自己交不到喜欢我的朋友
- N14. 我的朋友给我带来的快乐比烦恼要多

(四) 研究样本

从复旦大学 2011、2012 级共计 9 个班中，依次以班级、学号为单位进行 PPS 抽样，总共组成 1000 个样本，抽样误差为 3.4%。实际发出问卷 1000 份，回收问卷 876 份，回收率为 87.6%，有效问卷 859 份，有效率为 98%。

四 调查结果分析

在有效问卷中，8.1% 的同学认为自己“非常幸福”，25.6% 的同学认为“幸福”，47.2% 的同学认为“比较幸福”，14.5% 的同学认为“不太幸福”，2.5% 的同学认为“不幸福”，2.2% 的同学

认为“很不幸福”，可见学生主观幸福感总体状况良好。

(一) 综合模型分析

在问卷调查中，本文通过四个变量来测量因变量主观幸福感，分别为：积极情感、消极情感、生活满意度和总体幸福感程度。本文使用 SPSS 软件从上述四个变量中抽取一个公因子。结果显示，该公因子能够解释总方差的 64.798%，说明该公因子具有很强的解释力。

1. 友谊对大学生主观幸福感影响显著。通过多变量回归分析，得出结果如表 2 所示。可见，友谊对大学生主观幸福感影响的显著度 Sig. = 0.000 (<0.05)，证明了研究设计中的基本假设 1，友谊对大学生主观幸福感有显著影响；其次，友谊这一因素对大学生主观幸福感具有较强的解释力 (Beta = 0.122)。说明大学生在由家庭生活迈入集体生活、社会化程度逐步加深这一过程中，和谐的人际关系扮演着重要的角色。

表 2 综合模型分析结果

| | 非标准化回归系数 | | 标准化回归系数 | | |
|------------|----------|------------|---------|---------|------|
| | B | Std. Error | Beta | t | Sig. |
| (Constant) | -6.314 | .246 | | -25.666 | .000 |
| 学业 | .033 | .010 | .098 | 3.282 | .001 |
| 健康状况 | .053 | .016 | .098 | 3.412 | .001 |
| 体像认同 | .003 | .007 | .011 | .398 | .691 |
| 自我肯定 | .078 | .008 | .326 | 9.243 | .000 |
| 睡眠 | .041 | .010 | .107 | 4.148 | .000 |
| 家庭环境 | .010 | .006 | .043 | 1.544 | .123 |
| 校园环境 | .061 | .010 | .179 | 5.843 | .000 |
| 家庭经济 | .093 | .016 | .181 | 5.800 | .000 |
| 师生关系 | .015 | .012 | .035 | 1.245 | .214 |
| 友谊 | .016 | .004 | .122 | 3.925 | .000 |
| 性别 | .013 | .056 | .006 | .236 | .814 |
| 是否党员 | .000 | .064 | .000 | -.005 | .996 |
| 是否学生干部 | -.074 | .052 | -.037 | -1.424 | .155 |
| 来自城镇/农村 | .021 | .065 | .010 | .317 | .752 |
| 是否独生子女 | .022 | .058 | .011 | .373 | .709 |
| 年级 | .153 | .067 | .068 | 2.284 | .023 |

a Dependent Variable: REGR factor score 1 for analysis 1 R² = 0.628

说明：性别：以女性为参照；是否党员：以非党员为参照；是否学生干部：以普通学生为参照；来自城镇/农村：以农村为参照；是否独生子女：以非独生子女为参照；年级：以 2012 级为参照。

2. 影响大学生主观幸福感各因素的权重。表3显示了九个因素对大学生主观幸福感的影响程度。其中自我肯定、家庭经济条件、校园生活环境、友谊、睡眠、学业、身体健康状况对大学生主观幸福感均具有显著影响 (Sig < 0.05), 七个变量能够解释总方差的 62.8%, 即 $R^2 = 0.628$; 而自我体像认同、家庭环境、师生关系三个因素在模型

$$y = 0.326 x_1 + 0.181 x_2 + 0.179 x_3 + 0.122 x_4 + 0.107 x_5 + 0.098 x_6 + 0.098 x_7$$

(二) 对比较理论的检验结果

由表3可见, 从友谊的角度来看, “比较理论”的三个分支, 即“社会比较理论”、“自我比较理论”、“适应理论”对大学生主观幸福感的差异具有较强的解释力 ($R^2 = 0.280$), 这一结果验证了假设2, 比较理论能够较好地解释大学生主观

中没有统计上的显著性, 对大学生主观幸福感缺乏预测力。上述七个显著影响因素的标准化回归系数Beta值分别为: 自我肯定 (x_1) 0.326, 家庭经济条件 (x_2) 0.181, 校园生活环境 (x_3) 0.179, 友谊 (x_4) 0.122, 睡眠状况 (x_5) 0.107, 学业 (x_6) 0.098, 身体健康状况 (x_7) 0.098。主观幸福感 (y) 可用标准化回归方程表示为:

幸福感的差异。其中, 社会比较理论 (x_1) 解释力最强, 标准化回归系数Beta值为0.212, 自我比较理论 (x_2) 次之 (Beta值为0.320), 适应理论 (x_3) 解释力度最弱 (Beta值为0.103)。主观幸福感 (y) 可用标准化回归方程表示为:

$$y = 0.212 x_1 + 0.320 x_2 + 0.103 x_3$$

表3 对比较理论的检验结果

| | 非标准化回归系数 | | 标准化回归系数 | | |
|------------|----------|------------|---------|---------|------|
| | B | Std. Error | Beta | t | Sig. |
| (Constant) | -2.870 | .203 | | -14.134 | .000 |
| 性别 | -.112 | .069 | -.056 | -1.638 | .102 |
| 是否党员 | -.035 | .081 | -.015 | -.434 | .665 |
| 是否学生干部 | -.010 | .067 | -.005 | -.153 | .879 |
| 来自城镇/农村 | .268 | .077 | .130 | 3.455 | .001 |
| 是否独生子女 | .079 | .074 | .039 | 1.076 | .282 |
| 年级 | .136 | .085 | .061 | 1.608 | .108 |
| 自我比较变量 | .058 | .010 | .212 | 5.943 | .000 |
| 社会比较变量 | .182 | .021 | .320 | 8.497 | .000 |
| 适应变量 | .087 | .029 | .103 | 3.005 | .003 |

a Dependent Variable: REGR factor score 1 for analysis 1 $R^2 = 0.280$

说明: 性别: 以女性为参照; 是否党员: 以非党员为参照; 是否学生干部: 以普通学生为参照; 来自城镇/农村: 以农村为参照; 是否独生子女: 以非独生子女为参照; 年级: 以2012级为参照。

五 结 论

通过对调查结果的分析, 本文认为, 对大学生主观幸福感影响显著的因素必须给予充分的认识, 并对大学生予以正确地引导, 增强大学生主观幸福感。

(一) 友谊对大学生主观幸福感的影响不容忽视

友谊对大学生主观幸福感的作用显著。这说明, 当代大学生在面对学习、生活、社会等多方面的压力时, 更需要并倾向于与朋友们沟通。因而,

要注重提高大学生的人际交往能力。首先, 大学生个体要积极主动地与周围群体沟通、交流, 互帮互助; 其次, 学校、班级、社团等要积极地为学生提供集体活动的机会, 搭建大学生互相交流的平台, 营造和谐的集体气氛^[4]。

(二) 客观因素对大学生主观幸福感有着重要作用

本文所指环境包括: 家庭经济条件、校园生活环境、睡眠、学业、身体健康状况。这些客观因素大多与大学生的基本需求有关, 影响主观幸福感。

大学生个体要自觉摒弃攀比等不良风气的影响。学校需要加强大学生的思想道德建设,帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观,端正大学生对客观环境的态度,培养大学生独立意识。此外,学校还应该向家庭经济困难学生提供更多的勤工助学的机会和岗位。对于睡眠和身体健康状况,大学生要主动自觉地参加体育活动,养成良好地作息规律^[5-6]。

(三) 自我肯定和认识是影响大学生主观幸福感的重要机制

对自我的肯定与否,直接影响着个体对幸福的感受。究其实质,它主要反映了个体对生存状态的认知态度,并不与个体的物质生活水平有着必然的正相关关系。一方面,大学生自己应该塑造健全的人格,以乐观的态度面对生活,对自身存在的心理问题不要讳疾忌医,要主动寻求专业人士的帮助。此外,正确认识自我和他人,充分肯定自己价值,积极热情地投入到学习生活中。另一方面,学校要鼓励大学生积极参加社会实践,提供大学生展示自我的平台,实现自身价值,并提高心理咨询服务的专业水平^[7]。

(四) 社会比较理论对大学生主观幸福感有较强的解释力

前面的诸多变量对主观幸福感有显著影响,比较理论则较好地解释了各个因素是如何作用于主观幸福感的。个体把各个因素与他人、自己预期的目标、自己过去的状态进行比较,以衡量自我状况的

水平,并感受是否幸福。当与他人进行比较时,大学生首先要选择合适的参照群体,以健康积极的心态面对自我与他人的差距,并采取积极地态度应对。当与自己的预期目标进行比较时,不要好高骛远,更不能沉溺于过去的辉煌,要增强自己对现实生活的适应能力。

参考文献

- [1] 邢占军. 生活质量研究的重要领域: 主观幸福感研究 [M] // 李培林, 覃方明. 社会学: 理论与经验: 第二辑. 北京: 社会科学文献出版社, 2005: 242-277.
- [2] 段建华. 主观幸福感概述 [J]. 心理学动态, 1996, 4 (1): 46-51.
- [3] 郑雪, 严标宾, 邱林. 广州大学生主观幸福感研究 [J]. 心理学探新, 2001, 21 (4): 46-50.
- [4] 严标宾, 郑雪, 邱林. 中国大陆、香港和美国大学生主观幸福感比较 [J]. 心理学探新, 2003, 23 (2): 59-62.
- [5] 罗增让, 王佳利. 大学生主观幸福感影响因素分析 [J]. 当代青年研究, 2005 (10): 38-42.
- [6] 严标宾, 郑雪, 邱林. 大学生主观幸福感的跨文化研究: 来自48个国家和地区的调查报告 [J]. 心理科学, 2003, 26 (5): 851-855.
- [7] 景淑华, 张积家. 大学生主观幸福感的研究 [J]. 青年研究, 1997 (1): 21-25.

(责任编辑: 上官林武)

Friendship and University Students' Subjective Well-being ——Research on the Undergraduates in Fudan University

CHEN Feng¹, WANG Jin²

(1. School of Economics, Fudan University, Shanghai 200433, China;

2. Shanghai Fuxing High School, Shanghai 200434, China)

Abstract: This paper uses self-administered questionnaire to investigate 859 undergraduates of grade 1 and 2 in Fudan University to explore the relationship between friendship and subjective well-being. Through regression analysis of the survey, the result shows that seven factors which have a significant influence on students' subjective well-being are differently weighted, of which friendship has a significant influence. Meanwhile, the existing comparative theory can better explain SWB of university students.

Key words: subjective well-being; friendship; university students; comparative theory