

大学生自我建构、领悟社会支持与焦虑的关系

耿超越

北京林业大学人文学院心理系, 北京

Email: 1718318227@qq.com

收稿日期: 2020年10月21日; 录用日期: 2020年11月10日; 发布日期: 2020年11月23日

摘要

目的: 探讨大学生自我建构、领悟社会支持与焦虑的关系。方法: 采用自我建构量表、领悟社会支持量表、以及状态焦虑量表测量在校大学生438名。结果: 1) 独立自我建构、依存自我建构、领悟社会支持两两之间呈显著正相关(r 分别为0.67, 0.65, 0.56, $P < 0.01$), 且独立自我建构和依存自我建构以及领悟社会支持三者均和焦虑之间呈显著负相关(r 分别为-0.23, -0.28, -0.42, $P < 0.01$)。2) 通过逐步检验回归系数的方法, 研究表明领悟社会支持分别对独立自我建构和焦虑及依存自我建构和焦虑具有完全中介效应。研究结论: 自我建构较高的大学生会感受到较高的社会支持和较低的焦虑。自我建构和领悟社会支持对焦虑都具有显著负向预测作用。自我建构对领悟社会支持具有显著正向预测作用。领悟社会支持在独立自我建构与依存自我建构对焦虑的影响中起到完全中介作用。

关键词

自我建构, 领悟社会支持, 焦虑

The Relationship between Self-Construction and Social Support and Anxiety of College Students

Chaoyue Geng

Department of Psychology, The School of Humanities and Social Sciences, Beijing Forestry University, Beijing
Email: 1718318227@qq.com

Received: Oct. 21st, 2020; accepted: Nov. 10th, 2020; published: Nov. 23rd, 2020

Abstract

Objective: To explore the relationship between college students' self-construction, perceived so-

cial support and anxiety. **Methods:** 438 college students were measured by self-construction scale, perceived social support scale and state anxiety scale. **Results:** 1) there was a significant positive correlation between independent self-construction, dependent self-construction and perceived social support ($r = 0.67, 0.65, 0.56, P < 0.01$), and there was a significant negative correlation between independent self-construction, dependent self-construction and perceived social support with anxiety ($r = -0.23, -0.28, -0.42, P < 0.01$). 2) By means of the stepwise test of regression coefficient, the study showed that perceived social support has a completely mediating effect on independent self-construction and anxiety, and on dependent self-construction and anxiety, respectively. It can be concluded that college students with higher self-construction had higher social support and lower anxiety. Both of them had significant negative effects on self-construction anxiety and perceived anxiety. Self-construction has a significant positive predictive effect on perceived social support. Perceived social support plays a completely mediating role in the influence of independent self-construction and dependent self-construction on anxiety.

Keywords

Self-Construction, Understanding Social Support, Anxiety

Copyright © 2020 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

焦虑属于一种负性的心理情绪,虽然适当的焦虑水平可以促进人的工作效率,但是长久以来过度的焦虑是困扰当今大学生较为突出的心理问题,它会对个体造成紧张的状态,是一种对于挫折的反应,而且这种紧张状态下,还带有不安和恐惧。人群中存在焦虑现象是较为常见的,这是一种心理障碍,通常表现为烦躁、冲动、不满、易怒、压抑、非理性等情绪和言行(刘贤臣等,1997)。所以,如何有效地降低大学生焦虑水平,探究焦虑和其他因素的相关,是非常重要的。这将有助于提高大学生心理健康水平,进而提高大学生队伍的整体素质,可以为社会和国家做出更大的贡献。

自我建构是个体在不同的参照体系下,进行自我认知的过程,而不同的参照体系会产生不同的自我建构的过程,也就是不同的自我认知的过程(Markus & Kitayama, 1991)。不同的自我建构的过程,会使人们将自我看作区别于其他个体的独立实体,或者将自我看作其社会关系网络整体中的一部分。所以,因为个体对于自我的不同的定义和认知,会造成个体在认知风格、个人自主、社会交往等一些情况下的差异(Thu & Han, 2008)。

自我建构包括两种类型,一类为独立型的自我建构,另一类为依存型的自我建构。独立自我,或者说个人主义,个体倾向于表现和突出自己,追求个人的利益,尤为看重自己的个性,也就是独立和自主性,偏重于个人的能力和特质。而与之对应的依存型自我,也就是集体主义,个体倾向于和谐的人际关系,追求集体的利益,尤为看重的是集体的团结,也就是依存和关联性。

而大量西方文化的进入,中国人的自我建构已经开始发生变化,在当今的大学生群体中,尤其明显。目前,原本以依存自我建构为主的中国大学生,已经变为依存自我建构与独立自我建构同时并存的状况,而且依存自我建构处于优势。

传统上的中国人自我的本质是社会导向的,强调角色,身份,地位,义务和责任。然而值得注意的

是,有研究最近却提出了当代中国人“双文化自我”的模型,在这整合的模型中,社会文化取向的自我代表着传统中国人自我的本质(Lu et al., 2001)。Pouliasi 和 Verkuyten (2001)通过研究变化中的集体主义文化下的被试发现,个体化提升了个人的自我评价,但没改变集体自我的积极评价及它对主观幸福感的中心作用。

诸多研究表明,社会支持会对焦虑产生积极的影响,也就是说,通过社会支持的提高,可以有效地降低焦虑水平(李雪平, 2012)。而领悟社会支持这一概念于上世纪六十年代被正式提出,是指个体所能感受到的社会支持。有许多研究证明,社会支持对于人类的生存意义是非常重大的,与个体的心理健康水平以及主观幸福感,有着非常密切的联系,同时对于焦虑,也存在显著的负相关(Utrecht & Hellman, 1987)。这已经在心理学界获得普遍的认同。

相对于社会支持,个体所能感受以及期望到的社会支持,以及对其的评价和对于获得何种程度的社会支持的可能,是领悟社会支持(Jr, 1986)。所以领悟社会支持更加强调个体的感受和对于社会支持的期望。与实际的社会支持相比,在内心世界中所能感受到的社会支持,对于其他心理变化而言,则更为重要。领悟社会支持就是指主观支持,它是在研究社会支持结构成分中提出来的一个重要概念,是个体感受到的在社会中被尊重、被支持、被理解的情绪体验或满意程度,是对社会支持的期望和评价及对可能获得社会支持的信念。对主观支持的研究表明,领悟社会支持对了解和预测个体的心理健康有更为重要的意义,更可能表现出对个体心理健康的增益性功能(叶俊杰, 2005)。

2. 研究现状与研究假设

2.1. 自我建构的研究现状

关于文化与自我建构,通常认为,个体为了使自己适应社会,就要根据所在社会的文化标准,来尽可能地使自己的价值观和标准,符合社会的主流价值观和标准。近年来许多研究较为关注在不同的文化背景下,自我建构与不同人际关系中的异同。Kiuchi (2006)发现,美国学生、在美国的日本学生、在日本的日本学生三者相比较,美国学生的自我效能感最高,在美国的日本学生次之,在日本的日本学生最低,即独立自我建构优势的人的自我效能感显著高于依存自我建构优势的人。

由于受到外来西方文化的强烈影响,本应是典型的东方式的集体主义倾向的中国人,已经变成同时并存两种倾向(Lu, 2008)。陆洛(2007)使用概念分析的方式,创建了两种关于自我取向的概念,分别是个体取向自我观和社会取向自我观的概念,同时也建立了符合国人的社会取向自我观量表和个人取向自我观量表。

相对于女性的独立自我建构而言,男性的独立自我建构会较高,这已经被许多研究所发现。对于美国人而言,高的独立自我建构被男性所拥有,而高的依存自我建构被女性所拥有(Cross & Madson, 1997)。男女两性并非独立我与依存我的分立,其实男性也是依存的,只是与女性依存的形式不同而已。

不同的认知特点的个体,也会存在不同的自我建构。如 Hannover 等(2006)发现,在个体对人的描述中,独立自我建构较高的个体,倾向于忽略环境,看重个人的行为和品质。而在依存自我建构较高的个人,倾向于看中环境,将个人与相应的背景结合起来。

近年来的研究大多集中在心理冲突和情境一致性与自我建构的关系上(郑治国, 刘建平, 2018)。Cross 等(2011)认为,能根据情境的不同,熟练地调整自己的行为的能力被视为成熟的标志。那么他们的研究还表明,在依存自我建构较高的个体,在一致性和幸福感之间的相关上,显著地低于依存自我建构较低的个体。

对自我建构与幸福感的相关进行的研究认为独立自我建构通过自尊部分预测主观幸福感,而依存型自我建构一方面通过人际关系促进自尊进而影响着主观幸福感,一方面通过人际关系的和谐间接影响着

主观幸福感(胡金凤, 余祖伟, 郭俊芳, 邓琳双, 2013)。自我监控在独立自我建构和主观幸福感上起部分中介作用, 而在依存自我建构和主观幸福感上起完全中介作用(胡金凤, 孙配贞, 郑雪, 何资桥, 2012)。鲁富丽(2015)的研究表明, 中学生自我建构与心理幸福感有较高的正相关。

越来越多的中国年轻一代, 倾向于展现独立的自我, 拥有自己独特的思想, 不断寻求和保持自身的独特性。而国内的研究已表明, 不论是独立型自我, 还是依存型自我, 和领悟社会支持还有主观幸福感都存在显著的相关性, 也就是说自我建构高的人可能会感受到更多的社会支持和主观幸福感(张荣娟, 2013)。

2.2. 领悟社会支持与焦虑的研究现状

对焦虑的研究是心理学研究中的热点和重点, 如何改善焦虑是心理学研究者极为关心的方向。而随着时代的变化, 人们也越来越多地重视社会支持对于个体的作用。

有研究表明, 社会支持与主观幸福感, 和焦虑具有十分密切的关系, 可以有效地缓解焦虑(宫宇轩, 1994)。社会支持有助于促进个体的社会性发展以及心理健康水平的提升, 特别是个体的幸福感和快乐感(孙苏扬, 陆明, 2014)。

领悟社会支持能力对大学生心理健康动态发展具有持续性调节作用(张敏婷, 赵久波, 张小远, 赵静波, 杨雪岭, 陈洁, 2018)。领悟社会支持在情绪表达影响个体抑郁水平中起到部分中介作用(杨慧芳, 熊俊霞, 董潮恩, 2017)。还有研究表明, 领悟社会支持是影响护理专业学生焦虑情绪的重要因素(李静, 陈岩岩, 柏红, 操基玉, 2015)。

2.3. 研究假设

综上所述, 少有研究关注自我建构与焦虑之间的关系, 所以本研究将探讨大学生自我建构与焦虑的关系, 并引入领悟社会支持这一因素。调查在不同的自我建构水平下的大学生具有的焦虑水平和领悟社会支持水平, 以及三者之间的关系。并提出如下假设, 假设 1: 独立自我建构、依存自我建构、领悟社会支持之间两两存在正相关关系, 并都与焦虑存在负相关关系。假设 2: 领悟社会支持在独立自我建构与依存自我建构对焦虑的影响中起中介作用。

3. 方法

3.1. 研究对象

采取随机抽样的方法, 以网络发放问卷和现场填写问卷两种形式, 在国内 3 所大学中调查 450 名大学生, 收回问卷 438 份。有效回收率 97.3%。其中, 男生占比 40.5%, 共 177 人, 女生占比 59.5%, 共 261 人。文科生占比 56.72%, 共 249 人。理科生占比 43.28%, 共 190 人。广西学生占比 78.13%, 共 343 人, 其余省份占比 21.87%, 共 95 人。

3.2. 研究工具

3.2.1. 领悟社会支持量表(SSPS)

此次研究采用的是姜乾金引入并修订的版本, 共有 12 个自评项目, 由家庭支持、朋友支持、其他支持(老师、同学、亲戚)三个分量表组成, 每个分量表含 4 个条目。采用 7 点评分法, 从极不同意到非常同意。其结果的得分越高, 表明领悟社会支持越高。具有较好的信效度(孙苏扬, 陆明, 2014)。

3.2.2. 自我建构量表(SCS)

该量表由 Singes 编制, 共 24 个项目, 分为两个维度: 独立自我和依存自我。采用 7 级评分法, 其中中文版的信度和效度良好(黄任之, 刘明矾, 姚树桥, John R.Z. Abela, 2009)。

3.2.3. 状态焦虑量表(STAI)

状态-特质焦虑量表(STAI)由 Charles D. Spiel 等人编制, 1988 年翻译成中文, 由 2 个分量表共 40 项描述题组成。第 1~20 项状态焦虑量表, 主要用于评定即刻或最近的体验和感受; 21~40 题为特质焦虑量表, 用于评定人们经常的情绪体验。评分 1~4 级, 最小值 20, 最大值 80。本量表有较为良好的信度和效度, 且本次研究只采用状态焦虑量表, 即前 20 个项目(汪向东, 王希林, 马弘, 1999)。

3.3. 数据分析

采用 SPSS 进行统计分析。主要包括相关分析以及方差分析、多元回归分析检验中介效应。

4. 结果

4.1. 自我建构和焦虑以及领悟社会支持的相关分析

由表 1 可知, 独立自我与依存自我, 独立自我与领悟社会支持, 依存自我与领悟社会支持, 皆为显著正相关。独立自我与焦虑, 依存自我与焦虑, 领悟社会支持与焦虑, 皆为显著负相关。

Table 1. The relationship among self construction, anxiety and perceived social support

表 1. 自我建构、焦虑、领悟社会支持的关系

| | 独立自我 | 依存自我 | 焦虑 | 领悟社会支持 |
|--------|---------|---------|---------|--------|
| 独立自我 | | | | |
| 依存自我 | 0.67** | | | |
| 焦虑 | -0.23** | -0.28** | | |
| 领悟社会支持 | 0.65** | 0.56** | -0.42** | |

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$, 下同。

4.2. 不同自我建构组的焦虑和领悟社会支持比较

以均分为界点(张荣娟, 2013), 将独立自我和依存自我分为四组, 即组别① (高独立自我建构 + 高依存自我建构), 组别② (高独立自我建构 + 低依存自我建构), 组别③ (低独立自我建构 + 高依存自我建构), 组别④ (低独立自我建构 + 低依存自我建构)。将四组的领悟社会支持得分和焦虑得分进行方差分析以及事后比较。

由表 2 可知, 四组在焦虑和领悟社会支持两个水平上, 均存在显著的差异。

Table 2. Comparison of perceived social support and anxiety in different self construction groups

表 2. 不同自我构建组个体领悟社会支持和焦虑的比较

| | 组别($M \pm SD$) | | | | F | LSD |
|--------|------------------|------------------|------------------|-------------------|----------|---|
| | ① ($N = 121$) | ② ($N = 108$) | ③ ($N = 107$) | ④ ($N = 102$) | | |
| 焦虑 | 43.48 \pm 9.68 | 46.5 \pm 11.50 | 44.87 \pm 9.63 | 48.30 \pm 9.05 | 8.101*** | ① < ②*, ① < ④*** ③ < ④*, ③ < ②* |
| 领悟社会支持 | 62.42 \pm 9.71 | 58.55 \pm 9.15 | 54.43 \pm 9.46 | 49.59 \pm 10.62 | 52.67*** | ① > ②*, ① > ③*** ① > ④***, ② > ③* ② > ④***, ③ > ④** |

4.3. 自我建构、领悟社会支持对焦虑的预测作用

根据表 3 的结果, 独立自我建构与依存自我建构和领悟社会支持对焦虑的回归系数非常显著($P <$

0.001), 说明独立自我建构与依存自我建构和领悟社会支持与焦虑分别都成线性关系。三者均对焦虑具有显著的负向预测作用。

Table 3. Regression analysis of self construction and perceived social support on anxiety
表 3. 自我建构、领悟社会支持对焦虑的回归分析

| 预测变量 | <i>B</i> 值 | 标准化 β 值 | <i>t</i> 值 | <i>R</i> ² | ΔR^2 | <i>F</i> 值 |
|--------|------------|---------------|------------|-----------------------|--------------|------------|
| 独立自我 | -0.236 | -0.230 | -4.940*** | 0.053 | 0.051 | 24.400*** |
| 依存自我 | -0.298 | -0.277 | -6.031*** | 0.077 | 0.075 | 36.374*** |
| 领悟社会支持 | -0.349 | -0.415 | -9.520*** | 0.172 | 0.170 | 90.636*** |

4.4. 自我建构对领悟社会支持的预测作用

根据表 4 的结果, 独立自我建构与依存自我建构对领悟社会支持的回归系数非常显著($P < 0.001$), 说明独立自我建构与依存自我建构对领悟社会支持成线性关系。二者对领悟社会支持具有显著的正向预测作用。

Table 4. Regression analysis of self construction and perceived social support
表 4. 自我建构对领悟社会支持的回归分析

| 预测变量 | <i>B</i> 值 | 标准化 β 值 | <i>t</i> 值 | <i>R</i> ² | ΔR^2 | <i>F</i> 值 |
|------|------------|---------------|------------|-----------------------|--------------|------------|
| 独立自我 | 0.787 | 0.645 | 17.647*** | 0.417 | 0.415 | 311.430*** |
| 依存自我 | 0.714 | 0.559 | 14.075*** | 0.312 | 0.311 | 198.116*** |

4.5. 领悟社会支持对独立自我建构和焦虑的中介效应

根据表 5 的结果, 进行独立自我建构和领悟社会支持对焦虑的多元回归分析, 当两个自变量同时对焦虑进行回归分析后, 原本独立自我对焦虑的显著负向预测作用不再显著, 而领悟社会支持对焦虑具有显著的负向预测作用, 说明当加入领悟社会支持后, 独立自我建构不再对焦虑具有负向预测作用。

Table 5. Multiple regression analysis of independent self construction and perceived social support on anxiety
表 5. 独立自我建构和领悟社会支持对焦虑的多元回归分析

| 预测变量 | <i>B</i> 值 | 标准化 β 值 | <i>t</i> 值 | <i>R</i> ² | ΔR^2 | <i>F</i> 值 |
|--------|------------|---------------|------------|-----------------------|--------------|------------|
| 独立自我 | -0.066 | -0.064 | -1.129 | 0.175 | 0.171 | 45.984*** |
| 领悟社会支持 | -0.384 | -0.456 | -8.002*** | | | |

通过逐步检查回归系数来检验中介效应(温忠麟, 叶宝娟, 2014)逐步检查回归系数发现, 独立自我建构对焦虑的回归系数显著($\beta = -0.230, t = -4.940, P < 0.001$), 且独立自我建构对领悟社会支持的回归系数显著($\beta = 0.645, t = 17.647, P < 0.001$), 但将领悟社会支持和独立自我建构同时对焦虑进行多元回归分析, 其独立自我建构的回归系数不再显著。说明领悟社会支持在独立自我建构和焦虑之间具有显著的完全中介效应。

4.6. 领悟社会支持对依存自我建构和焦虑的中介效应

根据表 6 的结果, 进行依存自我建构和领悟社会支持对焦虑的多元回归分析, 当两个自变量同时对焦虑进行回归分析后, 原本依存自我对焦虑的显著负向预测作用不再显著, 而领悟社会支持对焦虑具有显著的负向预测作用, 说明当加入领悟社会支持后, 依存自我建构对焦虑的负向预测作用不再显著。

Table 6. Multiple regression analysis of dependence self construction and perceived social support on anxiety
表 6. 依存自我建构和领悟社会支持对焦虑的多元回归分析

| 预测变量 | B 值 | 标准化 β 值 | t 值 | R^2 | ΔR^2 | F 值 |
|--------|--------|---------------|-----------|-------|--------------|-----------|
| 依存自我 | -0.071 | -0.066 | -1.263 | 0.175 | 0.171 | 46.177*** |
| 领悟社会支持 | -0.318 | -0.378 | -7.194*** | | | |

逐步检查回归系数发现, 依存自我建构对焦虑的回归系数显著($\beta = -0.277, t = -6.031, P < 0.001$), 且依存自我建构对领悟社会支持的回归系数显著($\beta = 0.559, t = 14.075, P < 0.001$), 但将领悟社会支持和依存自我建构同时对焦虑进行多元回归分析, 其依存自我建构的回归系数不再显著。说明领悟社会支持在独立自我建构和焦虑之间具有显著的完全中介效应。

5. 讨论

5.1. 自我建构、领悟社会支持与焦虑的关系

研究发现独立自我与依存自我为显著正相关, 这与之前的调查一致(Lu et al., 2001)。而且与先前的研究所得结果基本一致(Cross, Hardin, & Gercek-Swing, 2011), 不仅独立与依赖自我存在显著的正相关, 而且二者都与领悟社会支持存在显著的正相关。说明两种自我建构的方式并不是完全独立的, 而极有可能是同一建构的两个方面(Chang et al., 2011)。实际上, 这也说明了在当今文化交融的背景下, 大量的西方文化融入, 使处于风口之上的大学生们, 产生了独立自我与依赖自我同时较高的现象, 也就是集体主义和个人主义同时并存。

不论是独立自我还是依存自我, 都与领悟社会支持呈显著正相关。这说明了自我建构和领悟社会支持之间的紧密关系。高的领悟社会支持可能会作用于自我建构, 使个体产生对自己清晰的认识, 也就使自我概念越来越清晰, 明确自己想要, 适应能力提高。而这反过来, 又会使个体主动寻找社会支持, 以达到自己的目标。同时自我建构和焦虑都呈现显著的负相关。因为不论是独立型还是依赖型自我, 都使得个体有着趋近清晰的自我概念, 以及对自己的定位。而焦虑的产生, 往往是因为个体面对挫折时, 或者想象中的挫折时, 产生的紧张和不安。而清晰的目标, 会使得紧张和不安的程度下降, 故而焦虑程度也会下降。

5.2. 不同自我建构水平下大学生的领悟社会支持与焦虑

不同自我建构的个体在焦虑和领悟社会支持上的关系。虽然自我建构与领悟社会支持呈显著正相关, 焦虑呈显著负相关。但更为具体的是, 在对与提高领悟社会支持来说, 独立自我建构会比依存自我建构起到更大的作用。同样的, 对于焦虑而言, 依存自我建构会比独立自我建构起到更大的作用。

高校应注重提高大学生的自我建构水平, 而且针对不同的情况, 应进行有针对性的措施。在提高领悟社会支持方面, 应该着重加强独立自我建构的水平。在降低焦虑方面, 可以着重加强依存自我建构的水平。

5.3. 领悟社会支持对自我建构和焦虑的中介效应

领悟社会支持对独立自我建构和焦虑具有完全中介效应, 独立自我建构对焦虑的影响至少有一部分是通过领悟社会支持实现的。这可能因为独立自我建构提高, 人们倾向于个人主义, 经历了自我同一性的发展, 产生了较强的独立需要, 会主动寻求更多的社会支持, 也会更容易感受到社会支持, 进而降低焦虑感。在独立自我建构方面, 可以增强大学生的独立性, 发挥个人所长, 提高自信心, 加强个人素质。

此外, 领悟社会支持对依存自我建构和焦虑具有完全中介效应, 依存自我建构对焦虑的影响至少有一部分是通过领悟社会支持实现的。依存自我建构会令人更倾向于集体主义, 更多地考虑与周围环境和人际关系的和谐一致, 而领悟社会支持会随着可能会随着这种和谐一致的程度升高, 以导致焦虑感的降低。在依存自我建构方面, 可以增强大学生的依存性, 或者说是合作能力, 提高大局观和集体意识。

6. 结论

自我建构较高的大学生个体会感受到较高的社会支持和较低的焦虑。自我建构和领悟社会支持对焦虑都具有显著负向预测作用。自我建构对领悟社会支持具有显著正向预测作用。领悟社会支持在独立自我建构与依存自我建构对焦虑的影响中起到完全中介作用。

致 谢

对参与本次研究的被试表示感谢, 感谢所有参与调查人员的认真积极配合。同时感谢在自我建构领域研究的专家和学者们。

参考文献

- 官宇轩(1994). 社会支持与健康的关系研究概述. *心理科学进展*, 12(2), 34-39.
- 胡金凤, 孙配贞, 郑雪, 何资桥(2012). 大学生自我构念与主观幸福感的关系: 自尊与关系和谐的中介效应. *心理发展与教育*, 28(3), 314-321.
- 胡金凤, 余祖伟, 邬俊芳, 邓琳双(2013). 大学生自我构念、自我监控与主观幸福感的关系. *中国临床心理学杂志*, 21(2), 292-295.
- 黄任之, 刘明矾, 姚树桥, John R.Z. Abela (2009). 自我结构量表在中国大学生中应用的信效度分析. *中国临床心理学杂志*, 17(3), 306-308.
- 李静, 陈岩岩, 柏红, 操基玉(2015). 领悟社会支持能力对高校护理专业女生焦虑的影响. *安徽医学*, (6), 740-743.
- 李雪平(2012). 大学生焦虑水平与社会支持度的相关研究. *中国健康心理学杂志*, 20(6), 937-939.
- 刘贤臣, 孙良民, 唐茂芹, 刘连启, 杨杰, 马登岱, 等(1997). 2462名青少年焦虑自评量表测查结果分析. *中国心理卫生杂志*, 11(2), 75-77.
- 鲁富丽(2015). 中学生自我建构与心理幸福感的关系. *新课程(下)*, (9), 191-191, 192.
- 陆洛(2007). 个人取向与社会取向的自我观: 概念分析与实证测量. *美中教育评论*, 4(2), 1-23.
- 孙苏扬, 陆明(2014). 大学生学习倦怠与领悟社会支持的相关研究. *课程教育研究*, (35), 225-228.
- 汪向东, 王希林, 马弘(1999). *心理卫生评定量表手册(增订版)* (pp. 131-133). 北京: 中国心理卫生杂志社.
- 温忠麟, 叶宝娟(2014). 中介效应分析: 方法和模型发展. *心理科学进展*, 22(5), 731-745.
- 杨慧芳, 熊俊霞, 董潮恩(2017). 大学生情绪调节方式在社会支持与抑郁间的中介作用. *中国学校卫生*, 38(8), 1195-1197.
- 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.
- 张敏婷, 赵久波, 张小远, 赵静波, 杨雪岭, 陈洁(2018). 大学生心理健康发展与领悟社会支持的关系. *中国学校卫生*, (2), 232-235.
- 张荣娟(2013). 中学生自我构念和主观幸福感的关系研究. *中国临床心理学杂志*, 21(6), 1017-1021.
- 郑治国, 刘建平(2018). 认识你自己: 自我建构理论相关研究述评. *福建师范大学学报(哲学社会科学版)*, (1), 160-167.
- Chang, W. C., Osman, M. M. B., Tong, E. M. W., & Tan, D. (2011). Self-Constraint and Subjective Wellbeing in Two Ethnic Communities in Singapore. *Psychology*, 2, 63-70. <https://doi.org/10.4236/psych.2011.22011>
- Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the Self: Self-Constraints and Gender. *Psychological Bulletin*, 122, 5-37. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.122.1.5>
- Cross, S. E., Hardin, E. E., & Gercek-Swing, B. (2011). The What, How, Why, and Where of Self-Constraint. *Personality & Social Psychology Review*, 15, 142-179. <https://doi.org/10.1177/1088868310373752>

-
- Hannover, B., Birkner, N., & Pöhlmann, C. (2006). Ideal Selves and Self-Esteem in People with Independent or Interdependent Self-Construct. *European Journal of Social Psychology, 36*, 119-133. <https://doi.org/10.1002/ejsp.289>
- Jr, M. B. (1986). Distinctions between Social Support Concepts, Measures, and Models. *American Journal of Community Psychology, 14*, 413-445. <https://doi.org/10.1007/BF00922627>
- Kiuchi, A. (2006). Independent and Interdependent Self-Constructs: Ramifications for a Multicultural Society. *Japanese Psychological Research, 48*, 1-16. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5884.2006.00300.x>
- Lu, L. (2008). Culture, Self, and Subjective Well-Being: Cultural Pay-Oligarchical and Social Change Perspectives. *Psychologist, 51*, 290-303. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2008.290>
- Lu, L., Gilmore, R., Fao, S. F. et al. (2001). Two Ways to Achieve Happiness: When the East Meets the West. *Personality and Divine-Dual Differences, 30*, 1161-1174. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00100-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00100-8)
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the Self: Implications for Cognition, Emotion, and Motivation. *Psychological Review, 98*, 224-253. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224>
- Pouliasi, K., & Verkuyten, M. (2001). Self-Evaluations, Psychological Well-Being, and Cultural Context: The Changing Greek Society. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 42*, 875-890. <https://doi.org/10.1177/0022022110381118>
- Thu, Y., & Han, S. H. (2008). Cultural Difference in the Self: From Philosophy to Psychology and Neuroscience. *Social and Personality Psychologist Compass, 2*, 1799-1811. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00133.x>
- Utrecht, T. L., & Hellman, M. B. (1987). *Communion-Acting Social Support*. Newbury Park.