

# 初中生人际关系与多元幸福感的 关系——心理韧性、自我同一性的中介作用

杜佳佳\*, 孙海燕, 王树青#

济南大学, 教育与心理科学学院, 山东 济南  
Email: 1754306261@qq.com, #sep\_wangsq@ujn.edu.cn

收稿日期: 2020年11月27日; 录用日期: 2021年1月5日; 发布日期: 2021年1月15日

## 摘要

本研究旨在考察初中生人际关系对多元幸福感影响的内部机制。方法: 通过整群抽样的方法选取初中生312人, 采用人际关系综合诊断量表、青少年心理韧性量表、中学生多元幸福感问卷和自我同一性地位量表进行调查, 通过结构方程模型技术考察各变量之间的关系。结果发现: 初中生的心理韧性、自我同一性在人际关系与多元幸福感之间起链式中介作用。

## 关键词

人际关系, 心理韧性, 自我同一性, 多元幸福感, 中介作用

# Interpersonal Relationship and Multiple Happiness among Junior High School Students

## —The Mediating Roles of Psychological Resilience and Self-Identity

Jiajia Du\*, Haiyan Sun, Shuqing Wang#

School of Education and Psychology, University of Jinan, Ji'nan Shandong  
Email: 1754306261@qq.com, #sep\_wangsq@ujn.edu.cn

Received: Nov. 27<sup>th</sup>, 2020; accepted: Jan. 5<sup>th</sup>, 2021; published: Jan. 15<sup>th</sup>, 2021

## Abstract

This study aims to investigate the internal mechanism of the influence of interpersonal relation-

\*第一作者。

#通讯作者。

ship on multiple happiness of junior high school students. Methods: 312 junior high school students were selected by cluster sampling, and investigated by interpersonal relationship comprehensive diagnostic scale, adolescent mental resilience scale, middle school students' multiple well-being questionnaire and self-identity status scale. The relationship between variables was investigated by structural equation modeling technique. The results show that psychological resilience and self-identity of junior high school students play a chain role between interpersonal relationship and multiple happiness.

## Keywords

Interpersonal Relationship, Mental Toughness, Self-Identity, Multiple Happiness, Intermediary Role

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. 问题提出

初中生处于青春期这一特殊的发展阶段，是生理、心理发展的关键时期，当代初中生由于学业的压力以及外界因素的影响出现了很多心理方面的问题，初中生的心理健康已经成为全社会关注的问题，并且随着积极心理学研究的不断深入，幸福感正逐渐成为心理健康的衡量标准之一(高佳敏, 2016; 郭晨虹, 2018)。幸福感是指人类基于自身的满足感与安全感而主观产生的一系列欣喜与愉悦的情绪。多元幸福感是在主观幸福感和心理幸福感的基础上发展起来的，是对幸福感研究的完善。Seligman (2012)针对主观幸福感的不足提出了新的多元幸福感理论：幸福感是一个多元结构，它包含五个可测量的元素(PERMA)，分别是积极情绪、投入、意义、成就、人际关系。多元幸福感是青少年心理健康、积极发展的重要指标之一，直接或间接影响着个体成长与发展的各个方面(陈红, 2016)。因此，多元幸福感的影响因素及内部作用机制成为研究者关注的课题。

基于 Lerner 发展情境论(张文新, 陈光辉, 2009)的观点，初中生多元幸福感的发展状况受到情境和个体两方面的循环式交互作用。在情境因素方面，有大量研究指出人际关系是影响幸福感的重要因素，狭义的人际关系是指中学生在校期间与之有关的个体或群体之间形成的关系，主要包括同学关系、师生关系等。王芳(2013)、宋志辉(2013)研究表明中学生的人际关系困扰与主观幸福感具有负相关关系，并有一定的预测作用。在个体因素方面，已有研究表明，中学生的心理韧性和自我同一性发展也与其幸福感有一定的关系。首先，心理韧性(Werner, 1995)又译为心理弹性、复原力、压弹及抗逆力，是在威胁或逆境条件下仍能够表现出较好适应或顺利发展结果的一类心理现象(Masten, 2001)。张玉雪(2015)的研究表明人际关系与心理韧性存在显著正相关的关系，并且赵爱珍(2014)，蒋玉涵、李义安(2011)的研究表明，心理韧性和主观幸福感存在正相关关系，而且心理韧性能够预测主观幸福感的情况。高佳敏(2016)也发现：中学生心理韧性各维度与心理幸福感各维度呈极其显著的正相关关系。并且吴贤华、满丛英(2018)研究表明人际关系不仅可以直接影响其心理韧性，也可以通过情绪调节效能感作为中介间接影响其心理韧性。其次，自我同一性(Erikson, 1995)是个体在特定环境中的自我整合与适应之感，是个体寻求内在一致性和连续性的能力，是对我是谁、我将来的发展方向以及我如何适应社会等问题的主观感受和意识(林崇德, 2009)。刘锐(2014)、王文洁(2013)研究表明大学生人际适应和自我同一性具有正相关关系，自我同一性与心理韧性也息息相关，凌霄、董勇燕和陈华真(2015)发现自我同一性的现在投入和将来愿望因子与心理韧

性显著正相关。另外,陈红(2016)研究发现同一性危机水平与多元幸福感呈显著负相关,郝慧媛(2016)、王洪伟(2012)的研究也表明职高生自我同一性的现在投入和将来投入的愿望两维度能够直接影响主观幸福感。

综上所述,以往的研究更多考察人际交往、心理韧性、自我同一性与多元幸福感两两之间的关系,探讨三者或四者之间的关系较少,尚未有研究探讨初中生人际关系对多元幸福感的作用机制,心理韧性、自我同一性在其中是否起中介作用,因此本研究将探讨初中生人际关系与多元幸福感之间的关系,揭示其内部作用机制,从而为初中生的心理健康教育工作提供理论支持。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究对象

本研究采用整群抽样的方法选取了 312 名初中生进行问卷调查,被调查学生中男生 118 人,女生 194 人,生源地为城镇的有 250 人,农村的 62 人;初一 23 人,初二 211 人,初三 78 人,年龄在 12.5 岁~15.5 岁之间;独生子女 80 人,非独生子女 232 人。

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 人际关系综合诊断量表

该量表由郑日昌(1999)编制,共有 28 个项目,分为四个维度,分别是人际交友、接人待物、人际交谈、和异性交往。每个项目以“是”、“否”来作答,分数越低代表人际关系较好,分数越高则代表人际交往困扰程度越高。本研究中内部一致性系数为 0.93,具有良好的信效度。

#### 2.2.2. 青少年心理韧性量表

青少年心理韧性量表由胡月琴、甘怡群(2008)编制,量表共有 27 个题目,分为 5 个维度,分别为目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助,采用 5 点计分的方法(从 1~5 表示完全不符合到完全符合)。该问卷内部一致性系数为 0.84,进行验证性因素分析后发现家庭支持和人际协助的因子载荷小于 0.5,因此将两维度删掉,保留目标专注、情绪控制、积极认知三个维度。

#### 2.2.3. 中学生多元幸福感问卷

中学生多元幸福感问卷由尚文(2014)编制,量表有 16 个题目,包括四个维度,分别是积极情绪、沉溺投入、成就体验、和谐关系,采用 5 点计分的方法(从 1~5 表示非常不符合到非常符合)。本研究中内部一致性系数为 0.96,具有良好的信效度。

#### 2.2.4. 自我同一性地位量表

自我同一性测试量表采用张日昇(2000)修订的量表。本量表共 12 个题目,测查项目由“现在的自我投入”、“过去的危机”、“将来自我投入的愿望”三个量表尺度组成,采用 6 级评分方法(从 1~6 表示非常不符合到非常符合)。本研究中内部一致性系数为 0.76,具有良好的信效度。

### 2.3. 统计方法

采用 SPSS21.0 软件对数据进行描述性统计和相关分析,以及采用 Amos21.0 软件来检验心理韧性和自我同一性在初中生人际关系和多元幸福感之间的中介效应。

共同方法偏差检验:由于量表是对同一批被试进行的同时施测,受到社会赞许效应的影响,被试在作答时可能会存在作答倾向性。为了控制这种作答倾向带来的偏差,本研究采用 Harman 单因素分析法对所得数据进行探索性因子分析,结果显示,共计 83 个题目中有 16 个大于 1 的公因子被抽取出来,首

因子对总变异的解释率为 25.27%，未到达 40%的测验标准，所以本研究不存在严重的共同方法偏差，能够进行下一步分析。

### 3. 研究结果

#### 3.1. 主要变量的描述分析及相关分析

由表 1 可知，人际关系、心理韧性、自我同一性以及多元幸福感四个变量之间呈两两正相关的关系，因此可以进行下一步检验。

**Table 1.** Description analysis and correlation analysis of major variables

**表 1.** 主要变量的描述分析及相关分析

	<i>M ± SD</i>	1	2	3	4
1 人际关系	1.67 ± 0.26	--			
2 心理韧性	10.43 ± 2.09	0.14*	--		
3 自我同一性	16.03 ± 2.59	0.33**	0.33**	--	
4 多元幸福感	3.60 ± 1.01	0.42**	0.42**	0.47**	--

注: \*\* $p < 0.01$ , \* $p < 0.05$ 。

#### 3.2. 心理韧性和自我同一性影响人际关系与自我同一性关系的链式中介效应检验

采用结构方程模型考察人际关系、心理韧性、自我同一性、多元幸福感之间的关系，其中人际关系是外源潜变量，是模型中的自变量，心理韧性、自我同一性和多元幸福感是内源潜变量，分别是模型中的中介变量和因变量。结果显示，模型各项拟合值： $\chi^2/df = 2.94$ ,  $RMSEA = 0.07$ ,  $CFI = 0.95$ ,  $NFI = 0.93$ ,  $IFI = 0.95$  均在可接受范围之内，表明该模型拟合良好。为保持模型简洁，本研究省去测量模型，只呈现结构模型图 1。

图 1 显示：首先，人际关系到多元幸福感的直接路径显著( $\gamma = 0.21, p < 0.001$ )，表明初中生的人际关系能够正向预测多元幸福感；其次，初中生的人际关系能正向预测心理韧性( $\gamma = 0.46, p < 0.001$ )，心理韧性能正向预测多元幸福感( $\gamma = 0.15, p < 0.05$ )，表明人际关系可能会通过心理韧性间接影响多元幸福感；再次，人际关系能正向预测自我同一性( $\gamma = 0.19, p < 0.01$ )，自我同一性能正向预测多元幸福感( $\gamma = 0.43, p < 0.001$ )，表明人际关系可能会通过自我同一性间接影响多元幸福感；最后，心理韧性能正向预测自我同一性( $\gamma = 0.51, p < 0.001$ )，表明初中生的心理韧性、自我同一性在人际关系与多元幸福感之间起链式中介作用，即初中生的的人际关系状况越好，其心理韧性水平越高，且个体自我同一性发展水平更好，进而提升初中生的多元幸福感。

采用偏差校正百分位 Bootstrap 法(重复抽取 1000 次)计算 95%的置信区间。结果如表 2 所示，心理韧性在人际关系与多元幸福感间中介效应 95%的区间为(0.08, 0.82)，中介作用显著，效果量为 0.38。自我同一性在人际关系与多元幸福感之间中介效应 95%的区间为(0.01, 0.05)，效果量为 0.10。心理韧性和自我同一性在人际关系和心理韧性之间的链式中介 95%的区间为(0.25, 0.76)，中介作用显著，效果量为 0.17。三条路径的置信区间皆不包含 0，因此中介效应显著。

### 4. 讨论

本研究在以往研究的基础上，提出了以人际关系为预测变量，心理韧性和自我同一性为中介变量，多元幸福感为被预测变量的链式中介效应模型。研究结果得出，初中生的的人际关系、心理韧性、自我同

一性与多元幸福感四个变量两两呈显著正相关，并且心理韧性和自我同一性在人际关系与多元幸福感之间起链式中介作用。

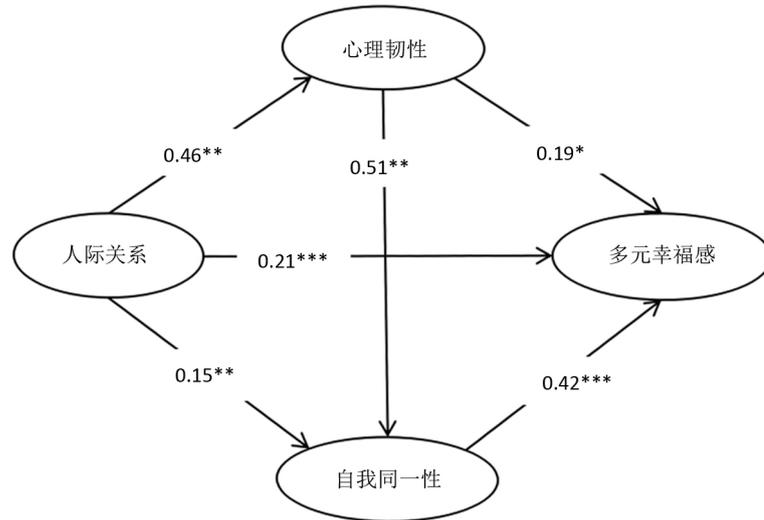


Figure 1. Chained mediation model  
图 1. 链式中介模型

Table 2. Mediating effect value and effect size  
表 2. 中介效应值与效果量

中介路径	效应值	$\eta^2$	中介效应所占比例	区间(95%)
人际关系→心理韧性→多元幸福感	0.23	0.23/0.60 = 0.38	0.23/0.39 = 59%	(0.08, 0.82)
人际关系→自我同一性→多元幸福感	0.06	0.06/0.60 = 0.10	0.06/0.39 = 15%	(0.01, 0.05)
人际关系→心理韧性→自我同一性→多元幸福感	0.10	0.10/0.60 = 0.17	0.10/0.39 = 26%	(0.25, 0.76)
总中介效应	0.39	0.39/0.60 = 0.65		
直接效应	0.21	0.21/0.60 = 0.35		
总效应	0.60			

#### 4.1. 人际关系对多元幸福感的影响

相关分析结果显示，人际关系与多元幸福感之间呈显著正相关。中学生作为处在社会、校园中的一个成员，人际关系对于他们的各个方面都具有重要的影响，人际关系状况如何能够影响个体的幸福感程度。这一研究结果与吴超(2008)的研究相一致，结果显示，中学生的人际关系与多元幸福感具有相关关系，并且人际关系可以有效预测多元幸福感，表明中学生的人际关系困扰得分越少，人际关系的状况就会越好，个体就会得到更高的幸福感。吴超(2008)的研究也得出了类似的结果。因此，这表明无论使用何种方式定义幸福感，使用何种方式测量幸福感，人际关系都与幸福感存在着相关关系，并能预测多元幸福感。这就意味着，如果想要学生拥有更高的幸福感，需要学校构建一个良好的学习、生活环境，需要教师对学生的交谈、与异性交往方面进行指导，在班级中营造和谐的人际关系。

#### 4.2. 心理韧性和自我同一性的链式中介效应

中介效应分析结果表明，心理韧性和自我同一性在人际关系与多元幸福感之间起链式中介作用。首

先, 本研究发现, 中学生心理韧性与个体人际关系和多元幸福感之间存在显著相关, 人际关系质量能有效预测心理韧性水平, 且较好的人际交往技能可有效提升心理韧性水平, 此结果与吴贤华、满丛英(2018)的研究结果一致, 而心理韧性水平越高, 学生的多元幸福感水平越高, 这与程越(2013)及吕良成、周凯(2012)的研究结果一致。因此, 中学生人际关系可以直接作用于多元幸福感, 还能通过心理韧性的部分中介作用间接影响个体多元幸福感。其次, 本研究采用结构方程模型考察自我同一性在人际关系与多元幸福感之间的中介效应, 结果表明, 人际关系不仅可以直接作用于个体多元幸福感, 还能通过自我同一性的中介作用间接影响个体多元幸福感, 且各路径的路径系数均达到显著性水平。这说明, 人际关系困扰程度越低, 学生自我同一性的发展状况越好, 其多元幸福感水平越高, 这一研究结果也与前人的研究结果一致(罗贤, 何特, 2014)。

此外, 本研究还发现, 初中生心理韧性对自我同一性有显著影响, 这与凌霄、董勇燕和陈华真(2015)的研究结果一致, 因此中学生人际关系可以通过心理韧性、自我同一性的链式中介作用对个体多元幸福感产生间接效应。这表明, 人际关系不仅可以由心理韧性单个中介作用对个体多元幸福感产生影响, 还可以通过心理韧性促进学生自我同一性的发展进而提高中学生的多元幸福感水平。

由此可见, 人际关系与个体多元幸福感之间的关系可能是非常复杂的。对于中学生而言, 拥有较高度的人际关系困扰时, 他们会有意的避免与他人的交往与沟通, 选择封闭自己的内心。然而, 中学生作为社会、校园、班级中的成员, 他们又不可避免地与他人发生联系, 可以说是外界逼迫他们进行不情愿的人际交往, 在这种刻意的关系中他们会感到困扰, 因此他们会更加远离、逃避人际交往, 这就造成了恶性循环。另外, 自我同一性的建立是一个探索各种可能性并做出承诺的过程, 在很大程度上个体都需要与他人就探索过程中的成功经验以及遇到的各种困惑进行交流, 使得自己形成更清晰的认识并确定真正适合自己的发展方向。如此, 人际关系困扰严重的中学生会失掉很多成长的机会, 导致个体的同一性发展状况较差。因而, 教育者要着眼于中学生的人际关系发展质量, 促进学生人际交往技能的提高, 中学生也要及时调节自己的不良情绪, 给自己设定目标, 乐观的生活, 提高自己的心理韧性水平。除此之外, 教师、家长和学校要共同做出努力, 积极开展心理健康教育工作, 帮助中学生提高心理韧性水平, 促进其自我同一性的发展, 进而使中学生拥有更高水平多元幸福感。

## 5. 结论

1) 初中生人际关系、心理韧性、自我同一性与多元幸福感呈显著正相关关系。

2) 初中生的人际关系通过心理韧性和自我同一性对多元幸福感起链式中介作用。具体来说, 心理韧性、自我同一性可以分别单独作为中介变量在学生人际关系与多元幸福感之间起中介作用, 心理韧性 - 自我同一性也可以形成中介链在人际关系与多元幸福感之间起中介作用。

## 致 谢

感谢国家社会科学基金项目“自媒体使用对大学生自我认同影响的追踪研究”(编号: 17BSH154)对本研究的支持, 感谢项目负责人王树青教授对本研究的指导, 感谢合作的老师和同学, 同时也要感谢给予转载和引用权的资料、文献的所有者。

## 基金项目

国家社会科学基金项目“自媒体使用对大学生自我认同影响的追踪研究”(编号: 17BSH154)。

## 参考文献

陈红(2016). 高一学生自我同一性、多元幸福感和职业成熟度的关系研究. 硕士学位论文, 杭州: 浙江大学.

- 程越(2013). *中学生心理健康, 心理韧性与主观幸福感的关系研究*. 硕士学位论文, 武汉: 武汉大学.
- 高佳敏(2016). *中学生同一性风格与心理幸福感的关系*. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.
- 郭晨虹(2018). 高中生希望特质对心理健康的影响: 多元幸福感的中介作用. *中小学心理健康教育*, (22), 17-22.
- 郝慧媛(2016). *职高生自我同一性, 同伴关系与主观幸福感关系研究*. 硕士学位论文, 保定: 河北大学.
- 胡月琴, 甘怡群(2008). 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, 40(8), 902-912.
- 蒋玉涵, 李义安(2011). 高中生心理韧性与主观幸福感的关系研究. *中国健康心理学杂志*, 19(11), 1357-1358.
- 林崇德(2009). *发展心理学*. 北京: 人民教育出版社.
- 凌霄, 董勇燕, 陈华真(2015). 高一新生自我同一性, 心理韧性与职业成熟度的关系. *社会心理科学*, 30, 29-34.
- 刘锐(2014). 大学生自我同一性与人际适应相互关系研究. *社会心理科学*, 29(1), 14-18.
- 罗贤, 何特(2014). 大学生主观幸福感与自我同一性的关系探究. *西南交通大学学报(社会科学版)*, 15(4), 67-72.
- 吕良成, 周凯(2012). 中学生心理健康, 心理韧性与主观幸福感的关系研究. *长春教育学院学报*, 29(2), 85-86.
- 尚文(2014). *中学生多元幸福感问卷编制*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 宋志辉(2013). 硕士研究生人际关系与主观幸福感的关系研究. *社会心理科学*, 28(5), 60-65.
- 王芳(2013). *大学生价值观与人际关系, 主观幸福感的关系研究*. 硕士学位论文, 济南: 济南大学.
- 王洪伟(2012). *大学生自我同一性, 社会支持与多元幸福感的关系*. 硕士学位论文, 石家庄: 河北师范大学.
- 王汶洁(2013). *大学生人际关系与自我统一性的关系研究——以部分河南高校大学生为例*. 硕士学位论文, 开封: 河南大学.
- 吴超(2008). *中学生人际关系与主观幸福感的相关性研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 吴贤华, 满丛英(2018). 人际关系对心理韧性的效应: 情绪调节自我效能感的中介作用. *湖北文理学院学报*, 39(1), 76-80.
- 张日昇(2000). 同一性与青年期同一性地位的研究——同一性地位的构成及其自我测定. *心理科学*, 23(4), 430-434.
- 张文新, 陈光辉(2009). 发展情境论——一种新的发展系统理论. *心理科学进展*, 17(4), 736-744.
- 张玉雪(2015). 大学生情绪智力, 心理韧性和人际关系的关系研究. *社会心理科学*, 30(11), 48-52.
- 赵爱珍(2014). *高中生父母教养方式, 心理韧性与主观幸福感的关系*. 硕士学位论文, 上海: 华中师范大学.
- 郑日昌(1999). *大学生心理诊断*. 济南: 山东教育出版社.
- Erikson, E. H. (1995). *Identity: Youth and Crisis* (pp. 1-336). New York: Norton Press.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Process in Development. *American Psychologist*, 56, 227-238.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Seligman, M. E. (2012). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. New York: Simon and Schuster.
- Werner, E. E. (1995). *Resilience in Development*. Washington DC: American Psychological Society.  
<https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772327>