

大学生网络利他行为与主观幸福感的关系： 网络社会支持的中介作用

赖惠彦

浙江理工大学心理学系，浙江 杭州

收稿日期：2024年7月17日；录用日期：2024年9月2日；发布日期：2024年9月12日

摘要

本研究探讨大学生网络社会支持是否在网络利他行为与主观幸福感之间起中介作用。以342名全日制大学生为被试，采用《网络利他行为量表》《网络社会支持量表》《主观幸福感量表》收集调查数据。由此得到的结果显示：1) 在网络利他行为、网络社会支持和主观幸福感之间存在两两显著性相关关系；2) 网络利他行为能够显著预测主观幸福感、网络利他行为能够显著预测网络社会支持、网络社会支持能够显著预测主观幸福感；3) 网络社会支持作为部分中介，在网络利他行为与主观幸福感之间起作用。

关键词

网络利他行为，主观幸福感，网络社会支持，大学生

The Relationship between College Students' Online Altruistic Behavior and Subjective Well-Being: The Mediating Role of Cybersocial Support

Huiyan Lai

Department of Psychology, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou Zhejiang

Received: Jul. 17th, 2024; accepted: Sep. 2nd, 2024; published: Sep. 12th, 2024

Abstract

This study explores whether online social support for college students plays a mediating role between online altruistic behavior and subjective well-being. Taking 362 full-time college students as

the participants, a questionnaire survey was conducted using the “Network Altruistic Behavior Scale”, “Network Social Support Scale” and “Subjective Happiness Scale” to investigate the online altruistic behavior, online social support and subjective happiness of college students. The consequence showed that: 1) There are pairwise significant correlations between online altruism, online social support and subjective well-being; 2) Network altruistic behavior could significantly predict subjective well-being, network social support could significantly predict subjective well-being, and network altruistic behavior could significantly predict network social support; 3) Network social support played a part of the mediating role between network altruistic behavior and subjective well-being.

Keywords

Cyber-Altruistic Behavior, Subjective Well-Being, Cyber-Social Support, College Students

Copyright © 2024 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

互联网创新发展、新技术的实践应用以及网民的增加,使网络互动成为当下重要的生活方式(吴满意,薛玉梅, 2021)。网络的发展大大促进了人们的线上交往与交流,通过线上交往的形式拉近人与人之间的距离,由此为研究者带来许多新的课题。因此,个体的网络使用行为受到了研究者们的关注(刘勤学等, 2015)。然而,纵观已有的研究,以往学者更关注网络社会发展下带来的消极网络行为,如网络欺负等;较少关注网络社会发展对个体和社会行为带来的积极影响。事实上,网络为人们传递信息的同时,也极大地促进了个体友谊、归属感和情感支持的发展与进步,是人们获得社会支持的重要途径(郑显亮, 2013)。而网络生活中发生的各种利他行为,例如调节网络论坛的气氛、为他人提供信息帮助、打击网络犯罪等行为都不断促进着个人和社会的健康发展。同时,相较于现实社会,网络中的人们表现出很高的利他主义行为(郑显亮,顾海根, 2012)。因此探讨网络利他行为以何种方式起作用,并对个体发展起持续促进作用具有重要意义。

2. 文献综述

2.1. 网络利他行为研究

随着科技的不断发展与创新、网民数量的不断提高,网络社会生活越来越受到人们的关注,人们的网络社交行为也更加频繁。因此,越来越多的研究者们已开始从关注现实利他行为拓展到关注网络利他行为(郑显亮, 2013)。网络利他行为是指发生在网络环境中的,有益于他人的一种自觉自愿行为,行为者不带有有利于自己的目标倾向(彭庆红,樊富珉, 2005)。网络利他行为作为利他行为的一种具体表现形式,与其他利他行为相比有明显不同的特质表现(郑显亮, 2013),相较于现实利他行为,网络利他行为具有很大的匿名性和隐蔽性,而网络空间的这种特性极大地增加了助人行为的发生,从而促进了利他行为(王小璐,风笑天, 2004)。而大学生作为互联网的主力军,网络行为成为其新型人际交往形式的一种重要方式,网络通道密切了人际联系,拓展了人际交往的范围,网络利他行为在这种网络交往的过程中扮演着正向积极的角色,对促进网络空间的和谐与发展起着重要的推动作用,对整个社会的健康良性运作具有重要意义。

2.2. 主观幸福感研究

人类活动的目的不仅是维持其自身生存,更重要的是享有更好的生活,不断获得满足感(张雯,郑日昌, 2004)。其中,主观幸福感的高低是判断个体生活满意度与生活质量的重要标志,需要是其主要构成成分,具体来说,包括动机、目的、兴趣、情感等心理因素及其与各种外界因素的交互作用,是一种多层次、多维度、混合式的心理状态。根据目标理论,只有将目标与个体自身需要相结合,满足个体内在发展需要,才能够有效提升生活满意度与主观幸福感,其中,内在价值目标比外在目标对主观幸福感意义更重大(陈姝娟,周爱保, 2003)。因此,主观幸福感和生活满意度对个人和社会的运转具有促进作用。同时,主观幸福感侧面反映了人们对自己生活的多方面评价,因此,主观幸福感是衡量个人和社会生活质量的十分有用且重要的指标(Diener et al., 2018)。主观幸福感作为个人自我的一种正向价值情绪体验,代表着个体对自我发展、自我认知的动力水平,高主观幸福感的个体在行为活动上更加积极,更富有目标感和自我认同感。主观幸福感作为一种独特的心理体验具有主观、稳定、整体的特性,具体表现在以评定者自身标准为判断依据,一种长期稳定的、综合情感状态评价(陈姝娟,周爱保, 2003)。随着社会的不断发展,人们在物质需要不断满足的基础上,更加关注主观精神的需求,更强调情绪体验的重要性,因此,主观幸福感的研究前景更加广阔,应用价值也愈发重要。

2.3. 网络社会支持研究

关于社会支持的构成大致可以从客观和主观两方面进行理解,其中,客观的主要指实际可见的支持,包括物质上的直接接触和社会网络,主观的主要指个体体验到或感受到的情绪上的支持,包括个体感受到的来自社会交往过程中的他人或社会的尊重、支持、理解,以及与此带来的情绪体验和满意程度(肖水源,杨德森, 1987)。网络社会支持是指在虚拟互联网交往过程中,个体对情感态度、信息资源等能否快速获得有效认可与支持的一种认可感,具体包括情感支持、工具性支持、信息支持和友伴支持四个维度(梁晓燕,魏岚, 2008)。社会支持对个体心理健康有重要作用,它能够有效释放个体心理压力、缓解个体心理障碍、促进个体心理健康发展(李强, 1998)。网络社会支持强调个体在网络社会交往中被他人尊重、理解和支持的程度(Turner et al., 2010)。作为社会支持的一种具体形式,网络社会支持同样有利于个体身心健康的发展。社会认知理论认为,网络社会支持建立在自我效能和结果评估机制之上,个体认为其可能获得的网络社会支持越高,自我效能感越高,则更加主动地去寻求网络社会的支持;同时,当个体认为其可能获得的网络社会支持越低,自我效能感越低,则会降低对网络社会支持的寻求。

2.4. 网络利他行为、网络社会支持和主观幸福感的关系研究

有研究者指出,利他行为在改善个体情绪方面具有重要作用,其通过减少消极情绪,提高积极情绪,增加主观幸福感(Glomb et al., 2011)。郑显亮也指出,处于网络环境中的青少年,通过对他人提供支持、分享、帮助等利他行为,使自己感知到来自他人的肯定,获得自身的社会价值,从而提升在自我适应能力和学习能力等方面的自信心,由此体会到愉悦感、满足感等积极情绪,因此,网络利他行为对其主观幸福感能产生积极的作用(郑显亮,王亚芹, 2017)。以往研究多关注网络社会支持在网络利他行为发展变化中的作用,具体来说,网络利他行为有效拓展了青少年的个人社交网络,为其发展带来了丰富的社会资源,并在社交中不断提高社交能力,在加强个体间社会联结的同时,极大地丰富了社会支持。与此同时,大学生网络社会支持对主观幸福感具有正向预测作用(杨扬, 2018)。社会支持能显著提升老年退役军人的主观幸福感(叶慧,栗文杰, 2022)。可见,网络社会支持在网络利他行为与主观幸福感之间可能起中介作用(图 1)。

综上,本研究的主要目的:1) 验证网络利他行为与主观幸福感、网络利他行为与网络社会支持间、网络社会支持与主观幸福感的关系;2) 检验大学生网络社会支持是否在网络利他行为与主观幸福感之间充当中介作用。



Figure 1. Online altruism and subjective well-being: a mediating model of online social support

图 1. 网络利他行为与主观幸福感: 网络社会支持的中介模型

3. 研究方法

3.1. 研究对象

本研究采用问卷调查法对本科大学生进行研究,通过在线问卷的形式收集相关数据,共发放问卷 361 份,在剔除无效问卷后,最终获得有效问卷 342 份,有效回收率为 94.74%。其中,女生 237 人(69.298%),男生 105 人(30.702%)。大一 25 人(7.310%);大二 54 人(15.789%);大三 100 人(29.240%);大四 163 人(47.661%),平均年龄 21.17 岁。独生子女 113 人(33.041%);非独生子女 229 人(66.959%)。生源地为城市 167 人(48.830%),生源地为农村 175 人(51.170%)。

3.2. 研究工具

3.2.1. 网络利他行为量表

本研究运用郑显亮编制的网络利他行为量表(郑显亮, 2010),包括网络支持、网络指导、网络分享、网络提醒四个维度,合计 26 个项目,采用四点记分的形式,“从不、偶尔、通常、总是”四个选项分别对应得分“1、2、3、4”。总得分越高,说明个体在网络平台上的自愿助人行为越多,即具有更高的网络利他行为。在本研究中,该网络利他行为量表的克隆巴赫 α 系数为 0.953。

3.2.2. 主观幸福感量表

该量表由两部分组成,即由 Diener 等人(Diener et al., 1985)编制而成的生活满意度量表和由 Diener 等人(Diener et al., 2009)编制而成的积极、消极情绪体验量表,在由严标宾等人(严标宾等, 2004)修订后对个体主观幸福感状况以计分的形式进行测量。该主观幸福感量表主要分为两个部分,即生活满意度量表和积极、消极情绪量表。其中,生活满意度量表采用七点记分的形式,共 5 个项目,积极消极情绪量表采用五点计分的形式,共 18 个项目(积极情绪 9 个项目,消极情绪 9 个项目)。主观幸福感的计分首先需要将三个变量转换为标准分数的形式,而后用积极情绪加上生活满意度之和减去消极情绪,最终计算出主观幸福感的得分。其中,主观幸福感的得分越高,说明个体知觉到的主观幸福感越强。本研究中,主观幸福感量表的克隆巴赫 α 系数为 0.954。

3.2.3. 网络社会支持量表

本研究使用梁晓燕编写的网络社会支持量表(梁晓燕, 2008),其内容包括信息支持、情感支持、友谊支持和工具性支持四个部分,共计 23 个项目,采用五点计分的形式,“完全不符合、有点符合、不确定、

有点符合、完全符合”五个选项分别对应得分“1、2、3、4、5”。总分的高低代表个体获得的网络社会支持的多少，本研究中，网络社会支持量表的克隆巴赫 α 系数为 0.899。

3.3. 施测过程 and 数据分析

本研究运用 SPSS23.0 对数据进行描述性统计、差异检验，采用 Pearson 积差相关分析考察网络利他行为、网络社会支持与主观幸福感之间的相关关系；而后通过 Process4.0 插件对网络社会支持的中介效应进行检验。

4. 研究结果

4.1. 各变量的描述性统计

为探讨网络利他行为、网络社会支持和主观幸福感三个变量的得分总体情况，本研究对变量进行描述性统计分析。网络利他行为的总平均分为 59.342，标准差为 15.457；网络社会支持的总平均分为 77.304，标准差为 15.703；主观幸福感的总平均分为 0，标准差为 1.622。

4.2. 网络利他行为、网络社会支持和主观幸福感的相关分析

为探讨网络利他行为、网络社会支持、主观幸福感三个变量之间的关系，并进一步探讨三者间的相关关系，本研究对它们进行了相关分析。由表 1 可知，网络利他行为与网络社会支持存在显著相关($p < 0.01$)；网络利他行为与主观幸福感之间存在显著相关($p < 0.01$)；网络社会支持与主观幸福感之间存在显著相关($p < 0.01$)。综上，网络利他行为、网络社会支持与主观幸福感之间均存在显著正相关，三者关系密切。

Table 1. The correlation between online altruism, online social support and subjective well-being

表 1. 网络利他行为、网络社会支持与主观幸福感之间的相关性

	网络利他行为	网络社会支持	主观幸福感
网络利他行为	1		
网络社会支持	0.496**	1	
主观幸福感	0.338**	0.422**	1

注：** $p < 0.01$ 。

4.3. 网络利他行为与主观幸福感的关系：网络社会支持的中介作用检验

Table 2. Table of results of simulation test on the mediating effect of network social support on network altruism and subjective well-being

表 2. 网络社会支持在网络利他行为与主观幸福感的中介模拟检验结果表

结果变量	预测变量	拟合指标		系数显著性	
		R ² 值	F 值	t 值	β 值
主观幸福感	网络利他行为	0.114	43.742	6.614	0.035***
网络社会支持	网络利他行为	0.246	111.076	10.539	0.504***
主观幸福感	网络社会支持	0.2	42.369	6.036	0.035***
	网络利他行为			3.039	0.018**

注：*** $p < 0.001$ ，** $p < 0.01$ 。

运用 SPSS 软件中 Process4.0 插件的中介效应模型 4, 对网络社会支持在网络利他行为与主观幸福感之间关系的中介效应进行检验。结果显示(表 2), 网络利他行为对主观幸福感预测作用显著($t = 6.614, p < 0.001$), 且当网络社会支持作为两者中介时, 网络利他行为对主观幸福感的直接预测作用仍然呈现显著($t = 3.039, p < 0.01$)。此外, 网络利他行为对主观幸福感影响的直接效应及网络社会支持的中介效应的 95% 置信区间的上、下限均不包含 0, 表明网络利他行为不仅能够直接预测主观幸福感, 而且能够通过网络社会支持的中介作用预测主观幸福感, 即网络社会支持在网络利他行为与主观幸福感间部分中介, 该直接效应为 0.018, 中介效应为 0.018 (表 3)。中介模型见图 2。

Table 3. Total effect, direct effect and intermediate effect breakdown table
表 3. 总效应、直接效应及中介效应分解表

项目	效应量	间接效应的标准误	95%置信区间		相对效应值
			下限	上限	
总效应	0.035	0.005	0.026	0.045	
间接效应	0.018	0.004	0.010	0.025	49.70%
直接效应	0.018	0.006	0.007	0.029	50.30%

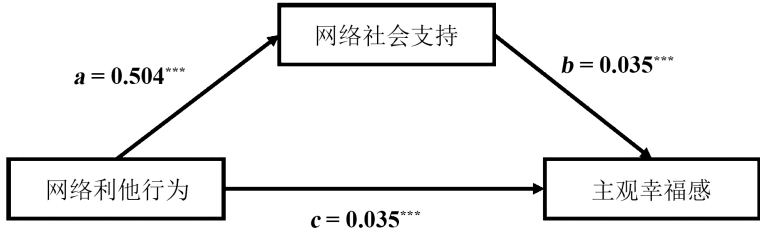


Figure 2. Online altruism and subjective well-being: a mediating model of online social support
图 2. 网络利他行为与主观幸福感：网络社会支持的中介模型

5. 研究结果

5.1. 网络利他行为与主观幸福感的关系

研究表明, 大学生网络利他行为能够预测主观幸福感, 个体做出的网络利他行为越多, 其体验到的主观幸福感也越高。有研究者研究发现, 青少年在为他人提供支持帮助, 在行为发生后体验到自己的社会价值, 承担起自己的社会角色, 从而对自我的学习能力给予正面积极评价, 提升个体的自我认可(郑显亮, 王亚芹, 2017)。网络利他行为在个体交往过程中所发挥的作用, 能够满足网络个体和网络社会发展的实际需要, 实现了个人发展的本体性满足和工具性满足(吴满意, 薛玉梅, 2021)。网络空间作为一种多维流动式交往空间, 极大地扩大了利他者助人信息的扩大与推广, 而网络空间的这种特性也反过来推动网络利他行为的进一步加深, 促进了自愿助人行为的良性循环。个体自我价值在网络空间交往的过程中得以实现, 成为推动公众传递情感、表达关怀、获得自我满足、提升自我价值的一种有效途径, 对个体的自身发展与社会互助和谐具有积极的推动作用。而个体既是“现实的人”, 也是“社会的人”, 个体在交往过程中获得群体的进一步认同, 这种认同感满足个体的归属需要与自尊需要, 有利于形成紧密和谐的网络关系。因此, 大学生的网络利他行为对其主观幸福感能够产生积极的作用。

5.2. 网络利他行为与网络社会支持的关系

研究表明, 大学生网络利他行为能够预测网络社会支持, 个体在做出利他的助人行为后, 受到

来自社会环境下的认可与支持,其网络利他行为越多,获得的网络社会支持也越多。以往的研究聚焦于社会支持对网络利他行为的推动作用,有研究者指出,在现实中做出利他行为的个体,在获得一定的社会支持后会更倾向于继续帮助他人,因而在网络中表现出利他行为(郑显亮, 2013)。同样,表现出网络利他行为的个体也会进一步获得来自网络社交中的赞许与肯定,这种赞许与肯定获得行为的动力,体验到网络社会支持。当个体在网络环境下做出越多的助人行为,其强烈的社会责任意识就越能受到来自网络公众的肯定,因而获得积极的情感体验,这种积极情绪也增强了个体的社会归属感。

5.3. 网络社会支持与主观幸福感的关系

结果显示,大学生网络社会支持能够有效预测主观幸福感,个体在网络社会空间中做出越多的利他行为,自身的满足感就越高,其体验到的幸福感就越强。已有研究表明,大学生网络社会支持与主观幸福感通过现实社会支持的中介起作用(王卓娅, 2012)。网络社会支持有利于提升大学生主观幸福感,而网络安全感则会降低其主观幸福感(张凤娟等, 2014)。具体来说,网络社会支持包含信息支持、情感支持、友伴支持、工具性支持四个方面的内容,同时网络社会支持中情感支持可以有效地正向预测积极情感和生活满意度(陶玲霞,程素萍, 2018)。社会支持从物质和精神方面积极给予个体认同与肯定,帮助个体极大地获得自信心与自尊感,这种自信心与自豪感大大充盈了个体的内心世界,帮助个体获得幸福感。同时,互联网的快速发展在拓展人们的交往方式的同时,也为人们提供了更多的来自网络的支持与肯定,帮助大学生更加高效、便捷、完整、全面地了解各种网络信息,获得网络信息的支持,从而获得自我的精神富足。

5.4 网络利他行为与主观幸福感的关系:网络社会支持的中介作用

结果显示,网络社会支持在网络利他行为与主观幸福感之间中介作用显著,即网络社会支持在网络利他行为与主观幸福感之间起部分中介作用。一方面,网络利他行为可以直接预测主观幸福感,与已有研究结果一致(郑显亮,王亚芹, 2017);另一方面,网络利他行为通过网络社会支持对主观幸福感起预测作用。根据保护因子模型,独自在外求学的学生常常面临孤独的困境,远离父母,告别故乡,体会到的社会支持极少,特别是在情感方面的社会支持,而网络社会支持恰好可以弥补大学生情感空虚上的不足,满足其心理需要,提高心理韧性,帮助其抵抗社会压力,缓解情感问题,走出心理困境。当代大学生作为互联网的主力军,已经将网络社交作为一种重要的交往方式,通过网络空间积极主动给予他人帮助,受到反馈的大学生获得来自网络的社会支持,这种社会支持极大地缓解其情感问题,帮助大学生摆脱孤独困境,树立集体意识和社会公众一体化意识,提高个体抗压能力,获得愉悦感、幸福感。

6. 结论

本研究采用一个中介模型考察网络社会支持在网络利他行为与主观幸福感之间的关系。得出以下结论:

- 1) 在网络利他行为、网络社会支持和主观幸福感之间存在两两显著性相关关系;
- 2) 网络利他行为能够显著预测主观幸福感、网络利他行为能够显著预测网络社会支持、网络社会支持能够显著预测主观幸福感;
- 3) 网络社会支持作为部分中介,在网络利他行为与主观幸福感之间起作用。

7. 不足

本研究的被试量较少,男女比例不是很平衡。研究选取的网络社会支持这一变量,在网络利他行为与主观幸福感之间的中介作用可能还存在其他变量中介着二者的关系,之后的研究可适当选取一些有关

因素以探讨网络利他行为与主观幸福感的作用机制。

参考文献

- 陈姝娟, 周爱保(2003). 主观幸福感研究综述. *心理与行为研究*, (3), 214-217.
- 李强(1998). 社会支持与个体心理健康. *天津社会科学*, (1), 67-70.
- 梁晓燕(2008). *网络社会支持对青少年心理健康的影响机制研究*. 博士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 梁晓燕, 魏岚(2008). 大学生网络社会支持测评初探. *心理科学*, 31(3), 689-691.
- 刘勤学, 陈武, 周宗奎(2015). 大学生网络使用与网络利他行为: 网络使用自我效能和性别的作用. *心理发展与教育*, 31(6), 685-693.
- 彭庆红, 樊富珉(2005). 大学生网络利他行为及其对高校德育的启示. *思想理论教育导刊*, (12), 49-51.
- 陶玲霞, 程素萍(2018). 大学生网络社会支持与主观幸福感的关系: 自尊的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 26(1), 109-114.
- 王小璐, 风笑天(2004). 网络中的青少年利他行为新探. *广东青年干部学院学报*, 18(1), 16-19.
- 王卓娅(2012). *大学生网络社会支持、现实社会支持与主观幸福感的关系研究*. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.
- 吴满意, 薛玉梅(2021). 网络利他行为: 概念、特性与功能分析. *重庆邮电大学学报(社会科学版)*, 33(2), 81-87.
- 肖水源, 杨德森(1987). 社会支持对身心健康的影响. *中国心理卫生杂志*, (4), 183-187.
- 严标宾, 郑雪, 邱林(2004). 主观幸福感研究综述. *自然辩证法通讯*, 26(2), 96-100+109.
- 杨扬(2018). *大学生网络公益参与、网络社会支持与主观幸福感的关系研究*. 硕士学位论文, 福州: 福建师范大学.
- 叶慧, 粟文杰(2022). 社会支持对老年退役军人主观幸福感的影响研究. *西北人口*, 43(3), 107-118.
- 张凤娟, 刘珍, 范翠英(2014). 网络社会支持与网络安全感对大学生主观幸福感的影响. *教育评论*, (2), 52-54.
- 张雯, 郑日昌(2004). 大学生主观幸福感及其影响因素. *中国心理卫生杂志*, 18(1), 61-62, 44.
- 郑显亮(2010). *大学生网络利他行为: 量表编制与多层线性分析*. 博士学位论文, 上海: 上海师范大学.
- 郑显亮(2013). 现实利他行为与网络利他行为: 网络社会支持的作用. *心理发展与教育*, 29(1), 31-37.
- 郑显亮, 顾海根(2012). 国内外网络利他行为研究述评. *外国中小学教育*, (4), 19-23.
- 郑显亮, 王亚芹(2017). 青少年网络利他行为与主观幸福感的关系——一个有中介的调节模型. *心理科学*, 40(1), 70-75.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. et al. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in Subjective Well-Being Research. *Nature Human Behaviour*, 2, 253-260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R. et al. (2009). New Measures of Well-Being. In E. Diener (Ed.), *Assessing Well-Being*. <https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4>
- Glomb, T. M., Bhave, D. P., Miner, A. G., & Wall, M. (2011). Doing Good, Feeling Good: Examining the Role of Organizational Citizenship Behaviors in Changing Mood. *Personnel Psychology*, 64, 191-223. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2010.01206.x>
- Turner, J. W., Grube, J. A., & Meyers, J. (2010). Developing an Optimal Match within Online Communities: An Exploration of CMC Support Communities and Traditional Support. *Journal of Communication*, 51, 231-251. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2001.tb02879.x>