

社会支持对高等职业院校学生主观幸福感影响研究

周雨晴

(泰国格乐大学 泰国 10220)

【摘要】主观幸福感与社会支持之间具有密切的内在联系。本文以高等职业院校学生为研究对象,通过应用主观幸福感量表、社会支持量表等对参与测试的高等职业院校学生进行调查,依托于对调查结果的分析、讨论与反思,深入思考社会支持对高等职业院校学生主观幸福感的具体影响;并进一步基于高等职业院校学生主观幸福感的现状与高等职业院校学生社会支持在统计学变量上的差异从凝聚心理教育合力、强化社会实践活动、重视生命健康教育三个角度给出建议与对策,以期为相关研究的推动提供参考与借鉴。

【关键词】社会支持;高等职业院校学生;主观幸福感;影响研究

前言

作为衡量高等职业院校学生心理健康状况的重要指标,主观幸福感主要指代高等职业院校学生个体按照自身设定的标准对其目前生活质量的整体评价,其受到多层面因素的综合影响;而社会支持作为影响高等职业院校学生主观幸福感的重要预测变量,围绕二者之间的相对关系展开研究进而确定提升高等职业院校学生主观幸福感的策略导向,为相关工作提供指导与帮助。根据相关调查显示,我国围绕高等职业院校学生开展的心理健康教育尚且薄弱,高等职业院校学生所能得到的社会支持较少,主观幸福感较低,故本研究具有极为明显的现实价值。

1 调查对象与方法

1.1 调查对象

本次研究于2023年2月开展,采取随机抽查取样的方式进行问卷调查,调查问卷的发放方式为纸质问卷,调查对象为山东省三所高职院校中共计500名学生。该调查共发放问卷500份,采取无记名作答的形式,作答过程中禁止交流,并在调查问卷作答完成后立刻回收,共回收有效问卷482份,其中调查对象的统计学变量如下表所示。

1.2 调查方法

基于研究的两大主题:社会支持与主观幸福感,该研究选择使用如下两种量表作为调查工具:

1.2.1 总体幸福感量表(GWB):针对主观幸福感这一因素,本文选用段建华(1996)编制的美国总体幸福感量表,并基于调查需要对内容进行了一定调整。量表以5点计分的形式进行作答,共计题目33道,得分越高表示自身幸福感越高^[1]。本研究中该量表的信

度系数为0.835,数据具有稳定性与可靠性^[1]。

1.2.2 领悟社会支持量表(PSSS):针对社会支持这一因素,本文选用姜乾金编制的领悟社会支持量表进行调查,并基于调查需要对内容进行了一定调整,将问卷中涉及的领导更改为老师,并将原量表的5点计分更改为7点记分,该量表涉及社会支持的三个方面:即家庭支持、朋友支持与重要他人支持,共计题目12道,得分越高表示自身所能获得的社会支持越多。本研究中该量表的信度系数为0.910,数据具有稳定性与可靠性。

1.3 数据处理

使用SPSS 11.5进行数据的录入、统计与分析。

2 调查结果与分析

2.1 高等职业院校学生主观幸福感在统计学变量上的结果分析

综合量表的样本统计性数据描述与调查对象的分布情况,本研究以研究对象的性别、年级、学科背景、户口类型、是否独生、家庭状况等因素为自变量,以高等职业院校学生的主观幸福感得分为因变量,通过独立样本t检验分析各因素之间的相对关系,具体结果如下:

2.1.1 高等职业院校学生的主观幸福感与性别无明显关系。

2.1.2 高等职业院校学生的主观幸福感因所处年级的不同存在明显差异,大二、大三学生的主观幸福感明显低于大一新生,结合笔者的访谈调查这极大程度上是由于学业压力、就业压力、家庭压力等问题综合导致的。

2.1.3 高等职业院校学生的主观幸福感在一定程度上受专业背景的影响,理工类的学生的主观幸福感明显低于文经类学生;结合笔者的访谈调查这主要是因为二者专攻领域的差异所导致,同时二者在思维模

表1 调查对象分布情况表

性别		年级			专业背景		户口类型		是否独生		家庭状况	
男	女	大一	大二	大三	文经	理工	农村	城市	是	否	贫困	非贫困
231	251	162	171	149	224	258	317	165	202	280	239	243

式、学习环境上的差异也加剧了这一问题^[2]。

2.1.4 高等职业院校学生的主观幸福感与家庭户口类型无明显关系

2.1.5 高等职业院校学生的主观幸福感在一定程度上受是否独生这一因素的影响，非独生子女相较于独生子女主观幸福感较低。

2.1.6 不同家庭状况、家庭背景的高等职业院校学生在主观幸福感上存在明显差异，其中家庭状况贫困的高等职业院校学生的主观幸福感明显低于家庭状况较好的高等职业院校学生。

2.2 社会支持对高等职业院校学生主观幸福感的影响分析

社会支持对高等职业院校学生主观幸福感的影响分析根据流程可划分为两个阶段：一是从家庭支持、朋友支持与重要他人支持三个角度分析社会支持与高等职业院校学生主观幸福感的相关性；二是在确认二者明显相关的基础上分别探讨不同程度、不同类型社会支持对高等职业院校学生主观幸福感的影响。通过对所得的数据进行分析，不难得出家庭支持、朋友支持与重要他人支持三个角度的社会支持均与高等职业院校学生的主观幸福感保持正相关关系，由此可确定社会支持与高等职业院校学生主观幸福感具有极高的相关性。

3 讨论与反思

从上述研究结果出发，得出如下结论：影响高等职业院校学生主观幸福感的重要因素是社会支持；同时低支持度的高等职业院校学生所能获得主观幸福感明显低于中高支持度的高等职业院校学生。部分学者在研究中针对家庭支持、朋友支持与重要他人支持三种类型的社会支撑的重要程度进行了对比分析，并认为家庭支持相较于其他类型的支持更为重要^[3]。但经过该研究的调查分析三种支持在高等职业院校学生的主观幸福感构建中均扮演着重要角色。

通过调查，我们应认识到高等职业院校学生对社会支持的利用率并不高，难以通过特定的技巧于家庭、朋友与重要他人三个层面寻求支持以优化自身的心理状态；同时因社会支持的重要价值，其仍应被作为心理健康教育的关键抓手而加以关注与重视，以提升高职院校心理健康教育的操作性与实效性。

4 建议与对策

基于上文的调查研究结果，为进一步发挥该研究的参考价值，本文结合笔者的教学实践经验进一步给出强化社会支持以提升高等职业院校学生主观幸福感的建议与对策，具体包括下述三个层面。

4.1 凝聚心理教育合力，树立积极的幸福观念。家庭支持与重要他人支持基本涵盖了学生学习生活的两个重要空间，即家庭与校园；因此为提升学生的主

观幸福感，一是应构建家校一体化的社会支持保障体系，向家长普及相关的教育要点，点明家庭的关键作用，家长方则为学生提供更为丰富、饱满的情绪价值，使其心理需求得到满足；二是在日常学习生活中，应鼓励学生融入集体、实现破冰，鼓励学生形成正确、积极而向上的幸福观念，在积极获取集体中他人社会支持的同时为他人提供社会支持，形成内部良好循环。

4.2 强化社会实践活动，寻求高质量社会支持。更为高质量、大范围的交友圈能够帮助学生获得更为优秀的朋友支持；因此校方应认识到部分高等职业院校学生日常学习生活中与外界接触较少、交际范围较小的问题，如校方可鼓励学生参与兴趣社团，并在寒暑假围绕社团主题与其他学校联合开展调查研究活动，以此促使学生走出小天地，在思维的碰撞中获得更为高质量的综合发展。

4.3 重视生命健康教育，重视爱国主义教育。在认识到高等职业院校学生是寻求社会支持的主体的同时，我们也应认识到高等职业院校学生是提供社会支持的主体，因此应从如下两个角度开展建设：一是高职院校应重视对学生的生命健康教育；二是高职院校应重视对学生的爱国主义教育，使其感受到特殊历史时期自身所肩负的重要使命与重要责任，进而使高等职业院校学生以更加饱满的情感与更加丰沛的斗志投入到日常的学习生活中，使其实现更为健康的成长。

总结

综上所述，在明确社会支持对高等职业院校学生主观幸福感的具体影响、了解社会支持于高等职业院校学生主观幸福感上的作用机制后，高职院校一方面应从外部支持着手，重视教育合力的凝聚，通过来自亲属、老师、同学的支持为学生提供产生主观幸福感的外部动力；另一方面则应从内部支持着手，关注对学生幸福观念、心理状态的塑造，使其能够通过自我调整形成对生活的客观评价，继而提升高等职业院校学生的主观幸福感，为高等职业院校学生的健康成长与全面发展保驾护航。

参考文献：

[1] 白惠文. 分析高职生主观幸福感的影响因素及提升策略[J]. 公关世界, 2023(04): 90-92.

[2] 朱龙凤, 张凌艳. 高职生领悟社会支持、心理资本与主观幸福感的关系研究[J]. 和田师范专科学校学报, 2022, 41(02): 49-53.

[3] 袁文萍. 高职生主观幸福感的影响因素及提升策略[J]. 林区教学, 2022(02): 100-104.

作者简介：

周雨晴(1998.06—)，女，山东东营人，泰国格乐大学研究生，研究方向：教育管理。