

大学生人际关系困扰和主观幸福感的关系研究

章丰慧

(桂林理工大学南宁分校 广西 南宁 530001)

摘要: 研究目的: 对某大学中 185 名大学生的人际关系困扰和主观幸福感的现实情况进行了解和掌握, 并对两者之间存在关联性进行深入研究。研究方法: 此次研究工具主要是人际关系综合诊断量表和大学生主观幸福感量表。研究结果: 当代大学生的主观幸福感在以下两个变量上表现出了明显的差异性, 其一, 独生子女与非独生子女; 其二, 家庭所在地, 即城镇和农村。此外, 当代大学生在人际困扰方面, 并没有表现出较高的水平, 但是分量表的最终得分却存在较为显著的差异, 其主要表现在大学生的性别、年级变量等方面; 人际困扰与主观幸福感之间呈现出了负相关。研究结论: 对于当代大学生来讲, 其人际关系困扰水平的高低决定着他们的主观幸福感, 两者之间密切相关, 相互作用。

关键词: 大学生; 人际关系困扰; 主观幸福感; 关系

对于研究者来讲, 大学生的心理健康问题一直都是他们最为重视的研究课题之一, 心理健康指数较高的人其主观幸福感也会较高。主观幸福感主要是一个结合着自身的规定标准, 对其生活质量的整体评价, 其代表的是一个人生活质量水平的高低。在埃里克森所发表的人格发展理论中清楚的写道: 大学时期的学生正处在人生的青年时期, 而该时期的关键任务就是发展自身的亲密感, 避免出现孤独感。大学生要想完成此项任务就必须要进行人际交往, 但是, 由于当代大学生在急切的人际交往需求下, 又没有相对完善的人际交往知识, 所以, 人际交往困扰成为了众多研究中的重要问题, 并且在大学生的社会适应方面也发挥出非常重要的作用。目前, 我们国家在研究主观幸福感方面仍处在快速发展阶段, 而主观幸福感的概念、相关理论以及量表制定是其研究的主要内容。但严重缺乏人际关系与主观幸福感的实证研究。在本文研究中, 主要以当代大学生为主要研究对象, 了解了该群体中的人际关系与主观幸福感的实际情况, 并针对人际困扰对自身幸福感所产生的影响进行了深入的探讨, 从而为当代大学生形成良好的人际交往奠定良好基础。

1 对象与方法

1.1 调查对象

本文中主要研究对象是某省份中的其中三个大学的 185 名大学生, 其中男女生的人数分别为 77 人和 108 人, 共发放 200 份问卷, 在收回的问卷中, 共有 185 份为有效问卷, 有效率达到了 92.5%。

1.2 调查工具

此次研究的资料是通过问卷调查的方式获取的, 其调查内容主要有: 其一, 学生的综合情况; 其二, 人际关系困扰。在人际关系困扰方面主要采用的是综合诊断量表。此量表的编制人为郑日昌, 量表内容主要涉及到了 4 个维度 28 个条目, 如交际交友、交谈行为、异性交往以及待人接物等, 针对以上内容分别对个体在人与相处中存在困扰及问题进行的测试^[1]。量表主要采用的上五点计分法, 显示分数越高就代表着此人存在的人际交往困扰问题就越严重。其三, 主观幸福感: 此量表的编制者为吉楠、李幼德等人, 同样也是采用的五点计分, 分数越高代表此人的幸福感越强。

1.3 调查方法

此次研究主要以班级为单位, 通过流行病学的现况调查的方法, 在规定的时间内。集中对学生进行匿名调查, 并按照统一要求将完成的问卷现场收回。当然, 在开展此次调查以前, 相关人员需要对被调查的学生进行其目的及意义等方面的解释, 此过程需要班主任及其他学科教师的回避, 这样既可以消除学生的顾虑, 又能确保调查的可靠性。

1.4 统计分析

再将此次的调查表格输入到计算机之前, 需要调查人员对那些不合格或者未回到问卷先行剔除, 对有效问卷进行统一标号, 最终利用 Epidata3.02 软件创建出相应的数据库, 对最终的调查数据结果利用 SPSS16.0 进行分析。用 x2 对计数资料中的单因素进行检验^[2]。

2 结果

2.1 大学生人际关系困扰

从此次的调查结果来看, 大学生并没有存在较高水平的人际困扰, 但是, 不同维度上的人际困扰程度却存在较大的差异。交际交友困惑是此次调查中大学生最主要的困扰问题, 仅次于它的是交谈行为困惑与异性交往困惑。此外, 大学生在待人接物方面所表现出的困惑得分较低, 具体见表 1。

表 1 大学生人际困扰基本情况

内容	最小值	最大值	均值	排名
交际交友困惑	0.00	7.00	2.1135	1
交谈行为困惑	0.00	6.00	1.5568	2
异性交往困惑	0.00	7.00	1.3514	3
待人接物困惑	0.00	5.00	0.9676	4

利用 t 对大学生人际困扰中的性别差异进行检验: 男女生的异性交往困惑和交际交友困惑在两个分量表上的得分表现出了非常大差距。在交际交友方面, 女生的困惑要明显高于男生; 在异性交往方面, 男生的困惑要略高于女生; 在待人接物方面, 男生要的困惑要比女生要很多。单从人际交往的总分来看, 男生和女生的差异不存在不统计意义, 具体数据见表 2。

表 2 不同性别在人际困扰方面的得分差异对比

内容	男 (n=77)	女 (n=108)
交谈行为困惑	1.73 ± 1.51	1.44 ± 1.41
交际交友困惑	1.73 ± 1.72	2.39 ± 1.79
待人接物困惑	1.26 ± 1.45	0.76 ± 0.81
异性交往困惑	1.68 ± 1.74	1.12 ± 1.39

注: 与男生相比 P<0.05, p<0.001

对人际困扰在大学阶段的不同年级中存在的差异进行检验, 其最终结果显示, 在交谈交际困惑方面, 大三学生的得分要高于其他年级; 在待人接物困扰中, 大四学生的得分要明显高于其他年级段的学生; 在异性交往困扰方面, 大四学生的得分是最高的, 大三学生的得分是最低的^[3]。在人际交往的总分中, 大学四年级的学生得分要比大一学生和大三学生的得分高很多。

2.2 大学生主观幸福感

就主观幸福感来讲, 独生子女的得分要明显高于非独生子女, (t=2.787, P<0.05), 具体内容见表 3; 就城镇与农村的大学生来讲,

城镇大学生的得分要明显高于农村学生,具体数据内容见表4。

表3 独生子女与非独生子女的主观幸福感差异

内容	独生子女 (n=53)	非独生子女 (n=132)	T 值
主观幸福感得分	95.34 ± 21.07	85.12 ± 20.01	2.787

表4 城镇与农村学生的主观幸福感差异

内容	城镇学生(n=76)	农村学生(n=109)	T 值
主观幸福感得分	93.20 ± 23.29	85.67 ± 18.12	2.464

2.3 大学生人际关系困扰和主观幸福感的相关性

人际关系困扰和主观幸福感在所有维度中都体现出了负相关的关系。大学生的主观幸福感与人际交往中以下内容之间都是密切相关,如交际交友、待人接物、异性交往以及交谈交流,待人接物等方面,并且不论是哪方面的困惑都会对大学生的主观幸福感造成了不同程度的影响,这也足以证明,受到人际关系困扰的学生,消极的情绪及体验感就会较高,具体数据内容见表5。

表5 人际交往与主观幸福感的关系值

内容	交谈 行为 困惑	交际交 友 困惑	待人接 物 困惑	异性交 往 困惑	人际总 分
主观 幸福 感	-0.414	-0.483	-0.323	-0.410	-0.546

为了进一步证实大学生人际关系的困扰程度对其主观幸福感所带来的预测作用,在此次研究中将四个与人际困扰相关的量表作为自变量,而因变量就是大学生的主观幸福感的总得分,从最终的考察结果中可以看出:当代大学生的异性交往困惑与交际交友困惑对其主观幸福感的预测度达到了30%。从这一数据中可以看出,对于当代大学生的主观幸福感造成最大影响的预测因素就是异性交往困惑和交际交友困惑,具体数据见表6。

3 讨论

3.1 大学生人际关系困扰状况

在此次研究中大学生的人际关系困扰不仅在性别方面存在明显的统计学意义,在年级方面也存在统计学差异。如果从社会学层面分析,大学中男生的人际关系具有一定的缩放特点,然而,大学阶段女生的人际关系就具有极强的固定性,一旦形成交往团体,女生是不会轻易的退出或者重新加入的。如果从年级段来看,大三学生在交流困惑中的得分要低于大一、大二、大四的学生^[4]。就待人接物困扰方面来讲,大学四年级学生的得分要比其他年级段的学升高很多;在异性交往困惑方面,大四学生的得分时最高的,大三学生的得分时最低的。从人际交往的总分上来看,大学四年级学生的得分要比其他年级段学生的得分高很多。这一研究结果与甘雄等人的研究结果是非常相似的,都在研究中指出,大学四年级学生在待人接物中的困惑程度是最高的,此外,在异性交往方面,大四学生的困惑也是最高的,这一点意味着之前的研究得到了进一步的深化。

3.2 大学生主观幸福感状况

大学生的主观幸福感不仅在独生子女这一变量中存在明显的差异性,在家庭所在地方面也具有较为显著的差异。从此次研究的

结果中可以看出,独生子女的主观幸福感要比非独生子女的主观幸福感高很多^[5]。其主要原因是因为独生子女的可利用资源以及从小的生长环境都要比非独生子女优越很多。就家庭所在地来看,来自于城镇大学生的主观幸福感要比来自于农村大学生的主观幸福感的得分高很多。这一研究结果与郑日昌、张雯等人的研究结果极为相似。总体来讲,来自于城镇的大学生,从内心深处都保持着一份自信心,拥有较强的优越感和幸福感。而来自于农村的大学生在自信心和优越感、幸福感方面与城镇大学生相比具有非常明显的差距,而使其产生落差感的主要原因来自于多个方面,对此,农村大学生的幸福感也相对要低一些。

3.3 大学生主观幸福感与人际困扰的关系

在社会支持系统中,良好的人际关系在其中发挥着非常重要的作用,其能够在当代大学生的人际交往过程中促使他们产生足够的价值感、存在感以及安全感,从而为大学生健康心态的维持起到了一定的积极作用。但是,在人际交往中一旦产生困扰,不仅会使人产生焦虑,同时还让会大学生产生一种不安全感 and 无力感。回归分析表明,在当代大学生的人际困扰中,对其主观幸福感产生重要影响的两个因素为“交际交友困惑”和“异性交往困惑”,此外,研究内容也证实了,要想让当代大学生具有较强的主观幸福感,就必须要有健康和谐的人际关系^[6]。

结论

通过对上文的分析后发现,要想让大学生形成较高水平的主观幸福体验感,就需要为其创设一个积极且健康的人际交往氛围。此次研究证实了具有较高水平的人际及交友及交谈能力的大学生,都具有较高的积极情感,对自己目前的生活质量满意度较高,一般不会产生消极情绪,此类学生的主观幸福体验感都非常高。所以,我们要引导和鼓励当代大学生在校园及生活中,积极培养正确的同学情感,形成健康和谐的人际关系,从而使他们的主观幸福感受到全面性提升。

参考文献:

- [1]杨永乐,张亚群,申健.大学生室内环境对主观幸福感、学校归属感和人际交往的影响研究[J].人类工效学,2018,24(4):48-53.
 - [2]叶艳晖,刘燕纯.大学生负面评价恐惧、人际关系困扰与主观幸福感的关系研究[J].重庆理工大学学报(社会科学版),2014(7):140-145.
 - [3]姚小燕.大学生人际关系与主观幸福感的关系研究[J].贵阳学院学报(社会科学版),2013,8(5):83-87.
 - [4]王芳.大学生价值观与人际关系、主观幸福感的关系研究[D].山东:济南大学,2013.
 - [5]曹素玲.大学生解释风格、人际关系与主观幸福感的关系研究[J].河南科技学院学报(社会科学版),2012(10):90-93.
 - [6]张慧.大学生自我和谐、人际关系及主观幸福感的相关研究[D].天津:天津大学,2013.
- 作者简介:章丰慧,广西钦州,讲师,桂林理工大学南宁分校辅导员,研究方向是大学生思想政治教育。
 课题项目:桂林理工大学南宁分校2020年辅导员专项研究课题“大学生宿舍人际关系现状调查及矛盾化解研究”,课题编号 GLUTNNFB04