

家庭亲密度对大学生心理幸福感的影响： 心理复原力的中介作用

丁雪莹 公张钰涵 陈柳竹 逯心怡 侯国靖 李青青
(济宁医学院精神卫生学院, 济宁 272013)

摘要 目的 探讨大学生家庭亲密度对心理幸福感的影响以及心理复原力在其中的中介作用。方法 采用线上、线下相结合的方式随机选取 506 名在校大学生为研究对象, 采用家庭亲密度与适应性量表、心理幸福感量表、心理复原力量表来测量家庭亲密度、心理幸福感和心理复原力。结果 家庭亲密度与心理幸福感呈正相关($r=0.218, P<0.001$); 家庭亲密度与心理复原力呈正相关($r=0.501, P<0.001$); 心理幸福感与心理复原力呈正相关($r=0.666, P<0.001$)。家庭亲密度正向预测心理幸福感($\beta=0.223$), 心理复原力在家庭亲密度与大学生心理幸福感间的部分中介效应显著, 中介效应值为 0.381。结论 家庭亲密度影响大学生心理幸福感, 心理复原力在家庭亲密度和大学生心理幸福感中起中介作用。

关键词 大学生; 心理幸福感; 家庭亲密度; 心理复原力

中图分类号: B849 文献标识码: A 文章编号: 1000-9760(2025)08-289-05

The impact of family intimacy on the psychological well-being of college students: the mediating role of psychological resilience

DING Xueying, GONG Zhangyuhan, CHEN Liuzhu, LU Xinyi, HOU Guojing, LI Qingqing
(School of Mental Health, Jining Medical University, Jining 272013, China)

Abstract: **Objective** To explore the influence of family intimacy on psychological well-being of college students and the mediating role of psychological resilience. **Method** A total of 506 college students were randomly selected as the research participants with a combination of online and offline methods. Family intimacy and adaptability scale, psychological well-being scale and resilience scale were used to measure family intimacy, psychological well-being and resilience. **Results** There was a significant positive correlation between family closeness and psychological well-being ($r=0.218, P<0.001$). Family intimacy was positively correlated with psychological resilience ($r=0.501, P<0.001$). There was a significant positive correlation between psychological well-being and psychological resilience ($r=0.666, P<0.001$). Family intimacy can significantly positively predict psychological well-being ($\beta=0.223$), psychological resilience has a significant partial mediating effect between family intimacy and psychological well-being of college students, and the mediating effect value is 0.381. **Conclusion** Family intimacy affects the psychological well-being of college students, and psychological resilience plays an intermediary role in family intimacy and psychological well-being of college students.

Keywords: Undergraduate; Psychological well-being; Family cohesion; Psychological resilience

[基金项目] 山东省自然科学基金(ZR2022MC113); 山东省高等学校“青创科技计划”项目(2019RWF003); 大学生创新训练计划项目(cx2023279)

[通信作者] 李青青, Email: qingqingli1987@126.com

心理幸福感认为幸福是一个实现的过程,是不以自己的主观意志转移的自我完善、自我实现、自我潜能、自我成就的过程^[1]。基于个体发展理论, Ryff^[2]建立了关于幸福感的多维模型,并提出心理幸福感的 6 个维度:自我接受、个人成长、生活目标、良好关系、环境控制、独立自主。心理幸福感全面、综合地反映个体的社会心理功能,对大学生的生活质量、健康发展和自我实现具有重要的影响^[3]。因此,深入研究大学生心理幸福感及其影响因素具有重要意义。

家庭亲密度是指个体感受到的与家庭成员的情感联结程度^[4]。通过 Walsh 的家庭复原力模型^[5]可以看出,家庭成员间的负面交流(如争执与冲突),会影响家庭成员的心理健康,家庭亲密度较低会导致青少年表现出更多的焦虑、抑郁、孤独和适应不良等心理问题^[6-8],家庭亲密度既能影响青少年的心理健康状况,也能预测青少年的心理健康水平和适应状况^[9]。有研究显示,个体大学生心理健康水平上存在差异性,而这种差异极大程度上取决于其家庭的特殊性^[10]。可见,良好的家庭关系对大学生心理幸福感的帮助尤为重要。

心理复原力是一种能使个体在压力事件和逆境面前适应良好的能力和动态过程^[11]。根据 Wilson 和 Drozdek 的研究^[12],心理复原力是从极端压力和创伤中恢复健康,环境能通过改变个人特质影响心理复原力,进而影响个体的心理健康^[13]。在家庭环境和睦,父母教育有方的环境下成长的大学生心理复原力更强,在获得幸福感的过程中更加愉悦轻松^[14]。而恶劣家庭情况的大学生,其父母对其过于管制,限制个体的主动发挥,导致心理复原力匮乏,此类大学生的心理幸福感较低。基于此,本研究探讨家庭亲密度对大学生心理幸福感的影响和心理复原力在家庭亲密度和心理幸福感间的作用,进而提升大学生心理幸福感。

1 对象与方法

1.1 研究对象

2024 年 4 月—6 月,采用线上、线下相结合问卷调查的方式进行,线上以问卷星形式发放,共收集 240 份,线下随机选取济宁医学院 266 名在校大学生为研究对象,共 506 份,回收有效问卷 505 份,有效回收率为 99.8%,年龄(20.48±1.71)岁。其中,男生 234 人,女生 271 人。

1.2 研究工具

1.2.1 家庭亲密度与适应性量表(family adaptability and cohesion evaluation scale, FACES II-CV)由 Olson 等^[15]编制,费立鹏等^[16]翻译修订,包括家庭亲密度与家庭适应性 2 个分量表,用于测量家庭成员的家庭亲密度和适应性。根据研究目的,本研究仅采用量表中的家庭亲密度分量表进行调查。家庭亲密度分量表为单一维度,共 16 个条目,采用 Likert 5 级计分法按“不是~总是”分别赋值为 1~5 分。总分越高表示对家庭亲密度越高,总分越低则表示家庭亲密度越低。本研究该分量表 Cronbach's α 为 0.811。

1.2.2 大学生复原力量表 选用刘兰兰^[17]编制的大学生复原力量表,包括 40 个题目,采用 5 点计分,1=完全不符合,2=比较不符合,3=不确定,4=比较符合,5=完全符合。该量表包括 8 个因子:社会交往能力,家庭支持,朋友支持,乐观宽容的态度,自我价值感,自我认可,自我掌控,自我调适。总分越高,复原力水平越高。本研究该量表的 Cronbach's α 为 0.890。

1.2.3 心理幸福感量表(psychological well-being scale, PWBS)^[18] 选用 Ryff 和 Singer^[19]编制的心理幸福感量表,该量表有 84 个项目,包括 6 个分量表:自我接纳、与他人的积极关系、生活目的、环境掌握、自主性、个人成长。每个分量表 14 个项目,各按 1~6 级评分。总分表示心理幸福感指数,总分越高,心理幸福感越高。本研究该量表的 Cronbach's α 为 0.933。

1.3 统计学方法

使用 SPSS 22.0 软件统计分析,符合正态分布的计量资料以 $\bar{x}\pm s$ 表示,采用 Pearson 相关分析各变量间的相关关系,显著性水平为 $P<0.05$ 。采用 PROCESS 模型 4 对中介模型进行检验,采用偏差矫正的 Bootstrap 法抽样 5 000 次,获得参数估计的 95% CI。

1.4 共同方法偏差检验

为了控制共同方法偏差问题,本研究采用 Harman 单因子检验法^[20]来进行共同方法偏差检验。结果表明,因素分析共提取出 32 个特征根大于 1 的因子,第一个公因子的方差解释率为 18.959%,没有出现某个因子解释率超过 40%或只析出一个因子的情况^[21]。因此,本研究的数据不存在明显的共同方法偏差。

2 结果

2.1 不同人口学变量各因子差异分析

男女生的家庭亲密度($P=0.009$)以及心理复原力($P=0.010$)差异显著,男生高于女生。城市与农村的家庭亲密度差异显著($P=0.027$),城市家庭亲密度高于农村家庭。非单亲的心理幸福感高于单亲家庭的心理幸福感($P=0.007$)。家庭经济情况不同,相应的家庭亲密度、心理幸福感以及心理复原力亦不同。见表 1。

表 1 不同人口学变量下各因子的差异分析(分, $\bar{x}\pm s$)

项目	n (%)	家庭亲密度	心理幸福感	心理复原力
性别				
男	234(46.3)	57.07±9.44	280.74±29.85	149.38±20.02
女	271(53.7)	54.32±9.15	285.46±33.76	143.43±20.09
<i>t</i>		2.622	-1.256	2.602
<i>P</i>		0.009	0.210	0.010
生源地				
城市	226(44.8)	55.85±8.82	286.49±32.18	146.30±21.47
农村	279(55.2)	54.02±9.54	283.03±33.77	143.13±19.02
<i>t</i>		2.219	1.170	1.759
<i>P</i>		0.027	0.243	0.079
独生				
是	177(35.0)	55.49±9.72	286.58±34.15	146.24±21.29
否	328(65.0)	54.49±9.00	283.49±32.49	143.64±19.55
<i>t</i>		1.159	1.002	1.382
<i>P</i>		0.247	0.317	0.168
单亲				
是	51(10.1)	53.82±12.82	273.96±27.87	139.69±23.90
否	454(89.9)	54.96±8.78	285.77±33.43	145.09±19.69
<i>t</i>		-0.615	-2.807	-1.558
<i>P</i>		0.541	0.007	0.125
家庭经济情况				
富足	83(16.4)	59.81±7.82	292.53±31.2	153.55±15.18
一般	344(68.1)	54.42±8.71	285.12±34.32	143.93±21.50
贫穷	78(15.4)	51.42±10.91	273.71±26.27	137.71±15.12
<i>F</i>		18.849	6.811	13.535
<i>P</i>		<0.001	0.001	<0.001

2.2 各变量的描述统计结果和相关分析结果

以性别、生源地、独生、单亲以及家庭经济情况为控制变量,对家庭亲密度、大学生心理幸福感与心理复原力进行相关分析。结果发现,家庭亲密度

与心理幸福感、心理复原力均呈正相关($r=0.218$, $r=0.501$, $P<0.001$);心理幸福感与心理复原力呈正相关($r=0.666$, $P<0.001$)。见表 2。

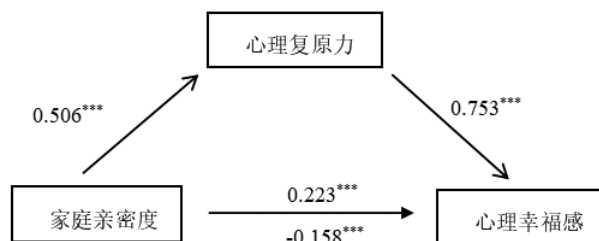
表 2 各变量的描述统计结果和相关矩阵($n=505$)

变量	$\bar{x}\pm s$	家庭亲密度	心理幸福感	心理复原力
家庭亲密度	54.84±9.26	1		
心理幸福感	319.66±32.67	0.218***	1	
心理复原力	144.70±19.32	0.501***	0.666***	1

注:*** $P<0.001$ 。

2.3 心理复原力的中介作用

采用 PROCESS 模型 4 对心理复原力在家庭亲密度与大学生心理幸福感间的中介效应进行分析。根据温忠麟和叶宝娟^[22]建议,进一步使用偏差校正的百分位 Bootstrap 法来计算中介效应的 95% CI,若区间估计含有 0 则表示中介效应不显著,反之中介效应显著。结果显示,总效应值为 0.223, 95% CI[0.135, 0.311],直接效应值为-0.158, 95% CI[-0.235, -0.081],间接效应值为 0.381,中介效应的 95% CI[0.310, 0.458],由此得出分析中各个路径的 95% CI 均不包含 0,说明心理复原力在家庭亲密度与大学生心理幸福感间的部分中介效应显著。但中介效应与直接效应异号,表明心理复原力在家庭亲密度对大学生心理幸福感的影响过程中发挥遮掩效应。见图 1、表 3 和表 4。



注:*** $P<0.001$ 。

图 1 家庭亲密度与大学生心理幸福感的关系模型

表 3 心理复原力在家庭亲密度与大学生心理幸福感间的中介效应

步骤	因变量	自变量	β	R^2	SE	<i>F</i>	<i>t</i>
1(路径 c)	心理幸福感	家庭亲密度	0.223	0.479	0.310	65.282***	-2.157***
2(路径 a)	心理复原力	家庭亲密度	0.506	0.296	0.039	34.884***	12.907***
3(路径 c')	心理幸福感	家庭亲密度	-0.158	0.079	0.039	7.156***	-4.052***
(路径 b)		心理复原力		0.038			19.536***

注:*** $P<0.001$ 。

表 4 心理复原力在家庭亲密度
与大学生心理幸福感之间的中介效应检验

	效应值	Bootstrap SE	Boot CL 上限	Boot CL 下限
总效应	0.223	0.310	0.135	0.311
直接效应	-0.158	0.039	-0.235	-0.081
中介效应	0.381	0.039	0.310	0.458

3 讨论

本研究大学生心理复原力的整体水平以及各维度水平均处于中等偏上,总平均分和维度得分也均高于理论的中值水平,与陈佳琦等^[23]的研究结果基本一致。不同人口统计变量比较示,家庭亲密度在不同性别上差异显著,男生的家庭亲密度高于女生。有研究表明经济因素影响父母在子女间资源分配决策,在传统观的影响下父母更愿意为男生分配更多资源^[24],在不同来源地上家庭亲密度的差异显著,城市大学生的家庭亲密度显著高于农村学生,城市收入整体水平高于农村,城市的医疗水平、金融保障均高于农村^[25],经济水平的差异导致父母对子女的投入不同,城市大学生获得的资源越多,越容易获得较高的家庭亲密度,亲子关系质量越强,他们更倾向于获得父母更多的资源^[26]。

本研究表明双亲家庭中长大的大学生,其家庭亲密度显著高于在单亲家庭中长大的大学生。而在青少年期遭遇家庭变故,则会为单亲家庭带来一系列不对等的效应,这些不对等效应主要反映在家庭经济能力的减弱以及家庭照顾与家庭管教质量的下降^[27],多数人的成长过程中,父母教养方式是影响子女心理素质的决定因素^[28],如果童年受到来自父母双方完整的教养与关爱,心理幸福感会明显高于单亲家庭大学生。

本研究考察了大学生家庭亲密度、心理幸福感与心理复原力三者之间的关系。结果显示家庭亲密度、心理幸福感与心理复原力呈正相关,这与以往研究结果一致^[29-30]。在亲密度良好的家庭,父母能为子女提供更加可靠的情感支持,对负面的情绪进行疏导排解,保持更乐观的态度^[31],从而对心理复原力产生了正向影响。心理复原力高的个体能更积极地面对困难,采取更积极有效地方式应对或寻求他人的帮助,对生活学习抱有更积极的态度,从而产生更高的心理幸福感。

本研究还发现了心理复原力在家庭亲密度与大学生心理幸福感之间的遮掩效应。依据温忠麟等^[22]提出的中介效应检验程序,当主效应显著时,直接效应和间接效应异号,以遮掩效应解释结果。本研究中,心理复原力对大学生心理幸福感的主效应显著,直接效应和间接效应异号,表明心理复原力在家庭亲密度和大学生心理幸福感之间起到部分遮掩作用。因此,本研究探讨“为什么心理幸福感对家庭亲密度的作用没有预期那么大”,可能原因如下:虽然心理复原力作为适应环境与应对压力的能力,是一种能使个体在压力事件和逆境面前适应良好的能力和动态过程^[32,11]。但心理复原力仅仅起一种调节作用,根据 Walsh 的家庭复原力理论^[5],父母冲突中通常伴随着争吵和指责,破坏了家庭复原力中的沟通和问题解决的过程,损害家庭的和谐沟通,从而影响青少年对于整体家庭复原力的感知。较低的家庭亲密度使得心理复原力的调节功能减弱,导致无法对大学生心理幸福感产生积极作用。另外,据认知内化理论相关观点,主体的认知与行为发展往往源于人际互动的内化过程^[33],大学生的认知来源于大学时的人际互动的内化过程,多数大学生大学时期与家庭的联系减少,人际结构有所改变,与同学、室友、朋友人际互动的开始远多于与父母的人际互动时间,尽管有心理复原力在其中进行调节,家庭亲密度对心理幸福感的影响不再显著,最终导致即使存在心理复原力的作用,家庭亲密度无法对大学生心理幸福感产生积极作用,甚至会产生显著负效应。

综上所述,家庭亲密度、心理复原力是影响大学生心理幸福感的主要因素,改善家庭成员关系,提升大学生抗挫折、心理复原能力是维护大学生身心健康的重要策略。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

参考文献:

- [1] 孙芊. 高中生家庭功能与心理幸福感的关系:自我分化与学校联结的作用[D]. 济南:济南大学,2022.
- [2] Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being[J]. J Pers Soc Psychol, 1989(6):1069-1081. DOI:10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- [3] Seligman M. Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being[M]. New York: Free Press, 2011: 20-21.
- [4] 刘世宏,李丹,刘晓洁,等.青少年的学校适应问题:家庭亲密度、家庭道德情绪和责任感的的作用[J]. 心理科学,2014,37

- (3):617-624.
- [5] Walsh F. Family resilience: a framework for clinical practice[J]. *Fam Process*, 2003, 42(1): 1-18. DOI: 10. 1111/j. 1545-5300. 2003. 00001. x.
- [6] Bernstein GA. School refusal: family constellation and family functioning[J]. *J Anxiety Disord*, 1996, 10(10): 1-19. DOI: 10. 1016/0887-6185(95)00031-3.
- [7] 徐洁, 方晓义, 张锦涛, 等. 家庭功能对青少年情绪问题的作用机制[J]. *心理发展与教育*, 2008(2): 79-85.
- [8] 任泽鑫. 大学生家庭亲密度与孤独感: 应对方式的中介效应[J]. *中国健康心理学杂志*, 2020, 28(7): 1066-1070. DOI: 10. 13342/j. cnki. cjhp. 2020. 07. 025.
- [9] 李兵宽, 刘启辉等. 大学生人格特征与家庭亲密度、适应性的关系[J]. *中国特殊教育*, 2012(1): 81-84. DOI: 10. 3969/j. issn. 1007-3728. 2012. 01. 016.
- [10] 魏灵真, 刘衍玲, 刘传星, 等. 家庭亲密度对高中生心理健康的影响: 有调节的中介模型[J]. *心理行为研究*, 2021, 19(3): 361-367. DOI: 10. 3969/j. issn. 1672-0628. 2021. 03. 011.
- [11] Sher L. Resilience as a focus of suicide research and prevention [J]. *Acta Psychiatr Scand*, 2019, 140(2): 169-180. DOI: 10. 1111/acps. 13059.
- [12] Wilson JP, Drozdek B. Broken spirits: the treatment of traumatized asylum seekers, refugees and war and torture victims [M]. New York: Routledge, 2004: 156-158.
- [13] Connell JP, Spencer MB, Aber JL. Educational risk and resilience in African-American youth: context, self, action, and outcomes in school [J]. *Child Dev*, 1994, 65(2 Spec No): 493-506.
- [14] 陆曼遥, 陈慧, 杨智辉. 父母冲突与青少年心理健康的关系: 家庭复原力和心理安全感的链式中介作用[J]. *中国临床心理学杂志*, 2024, 32(2): 457-462. DOI: 10. 16128/j. cnki. 1005-3611. 2024. 02. 039.
- [15] Olson D. FACES IV and the Circumplex Model: validation study [J]. *J Marital Fam Ther*, 2011, 37(1): 64-80. DOI: 10. 1111/j. 1752-0606. 2009. 00175. x.
- [16] 费立鹏, 沈其杰, 郑延平, 等. “家庭亲密度和适应性量表”和“家庭环境量表”的初步评价—正常家庭与精神分裂症家庭成员对照研究[J]. *中国心理卫生杂志*, 1991(5): 198-202, 238.
- [17] 刘兰兰. 大学生复原力量表的编制及其初步应用[D]. 石家庄: 河北师范大学, 2008.
- [18] Ryan RM, Deci EL. On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being[J]. *Annu Rev Psychol*, 2001, 52: 141-166. DOI: 10. 1146/annurev. psych. 52. 1. 141.
- [19] Ryff CD, Singer B. The contours of positive human health [J]. *Psychol Inq*, 1998, 9(1): 1-28. DOI: 10. 1207/s15327965pli0901_1.
- [20] Podsakoff PM, MacKenzie SB, Lee JY, et al. Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies [J]. *J Appl Psychol*, 2003, 88(5): 879-903. DOI: 10. 1037/0021-9010. 88. 5. 879.
- [21] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法[J]. *心理科学进展*, 2004(6): 942-950. DOI: 10. 3969/j. issn. 1671-3710. 2004. 06. 018.
- [22] 温忠麟, 叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展[J]. *心理科学进展*, 2014, 22(5): 731-745. DOI: 10. 3724/SP. J. 1042. 2014. 00731.
- [23] 陈佳琦, 邱奋, 刘昱君, 等. 中学生反刍思维如何影响学业拖延: 心理韧性的作用 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2019, 27(4): 607-609. DOI: 10. 13342/j. cnki. cjhp. 2019. 04. 033.
- [24] 李长洪, 林文炼. 中国女性崛起: 父母的观念转变与女性高等教育——来自“高校停招”的经验证据[J]. *经济学报*, 2022, 9(2): 317-343. DOI: 10. 16513/j. cnki. cje. 20220407. 002.
- [25] 王澜, 王相宁. 普惠金融对经济增长与城乡收入差距的影响 [J]. *统计与决策*, 2024, 40(6): 145-150. DOI: 10. 13546/j. cnki. tjyj. 2024. 06. 026.
- [26] Kim K, Zarit SH, Birditt KS, et al. Discrepancy in reports of support exchanges between parents and adult offspring: within-and between-family differences [J]. *J Fam Psychol*, 2014, 28(2): 168-179. DOI: 10. 1037/a0035735.
- [27] 陈香君. 离婚单亲家庭青少年眼中的家庭变故: 风险与对策 [J]. *学术探索*, 2012(3): 68-70. DOI: 10. 3969/j. issn. 1006-723X. 2012. 03. 018.
- [28] Azman Ö, Mauz E, Reitzle M, et al. Associations between parenting style and mental health in children and adolescents aged 11-17 years: results of the KiGGS cohort study (second follow-Up) [J]. *Children (Basel)*, 2021, 8(8): 672. DOI: 10. 3390/children8080672.
- [29] Sikand M, Arshad R, Beniwal RP, et al. Perceived parental style, cognitive style, and resilience in females with dissociative disorder in India [J]. *Indian J Psychiatry*, 2019, 61(2): 177-183. DOI: 10. 4103/psychiatry. IndianJPpsychiatry_404_18.
- [30] 杨莉, 赵品良, 史占彪. 父母教养方式、心理韧性与大学生主观幸福感的关系分析 [J]. *陆军军医大学学报*, 2012, 34(24): 2518-2521. DOI: 10. 16016/j. 1000-5404. 2012. 24. 001.
- [31] 胡夏娟. 大学生压力知觉、复原力和心理幸福感的关系研究 [D]. 石家庄: 河北师范大学, 2009.
- [32] Agaibi CE, Wilson JP. Trauma, PTSD, and resilience: a review of the literature [J]. *Trauma Violence Abuse*, 2005, 6(3): 195-216. DOI: 10. 1177/1524838005277438.
- [33] Vygotsky SL. The science of psychology [J]. *J Russ East Eur Psychol*, 2012, 50(4): 85-106. DOI: 10. 2753/RPO1061-0405500404.

(收稿日期 2024-09-23)

(本文编辑: 甘慧敏)