

# 学校联结在青少年感恩与社会适应间的作用

殷颢文<sup>1</sup>, 贾林祥<sup>2</sup>, 孙配贞<sup>2</sup>

1. 南京医科大学康达学院学生工作处, 江苏 连云港 222000; 2. 江苏师范大学教育科学学院

**【摘要】** 目的 考察青少年感恩状况对社会适应的影响以及学校联结(教师支持、同学支持与学校归属感)在其中存在的中介作用, 为开展相关健康教育与心理辅导提供依据。方法 采用青少年感恩特质问卷、学校联结量表和青少年社会适应状况评估问卷, 对徐州地区 6 所学校 1 304 名中学生和大学生进行施测。结果 青少年感恩得分在性别与学段间差异有统计学意义, 女生感恩总体水平高于男生( $F=38.09, P<0.01$ ), 青少年感恩水平的发展呈现出随着年龄增长不断提高的趋势( $F=4.88, P<0.01$ )。感恩与社会适应呈正相关( $r=0.26, P<0.01$ )。青少年感恩可以通过学校联结的中介作用对社会适应产生影响, 中介效应值为 0.06。结论 学校联结在感恩与社会适应间发挥着部分中介作用, 感恩对社会适应有直接影响, 也可以通过学校联结对其产生间接影响。

**【关键词】** 合作行为; 精神卫生; 社会适应; 青少年

**【中图分类号】** B 844.2 G 637 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2019)01-0069-04

**Mediating role of school bonding in the association between adolescent gratitude and social adaptation/YIN Haowen<sup>\*</sup>, JIA Linxiang, SUN Peizhen.** *Kangda College of Nanjing Medical University, Lianyungang(222000), Jiangsu Province, China*

**【Abstract】 Objective** To explore the relationship between adolescents gratitude and social adaptation, as well as the mediating roles of school bonding including support from teacher, peers and school belonging in the association. **Methods** A total of 1 304 adolescents from 6 schools and colleges in Xuzhou were investigated with Adolescent Gratitude Scale, School Bonding Scale and Social Adaptation Scale. **Results** Adolescent gratitude varied significantly in gender and grade, with girl's gratitude significantly higher than that of boys( $F=38.09, P<0.01$ ). Adolescent gratitude increased as adolescents grew older, and was positively associated with social adaptation( $r=0.26, P<0.01$ ). School bonding partially mediated the relationship between adolescent gratitude with social adaptation( $\beta=0.06$ ). **Conclusion** School bonding plays a partial mediating role in the relationship between adolescent gratitude and social adaptation, adolescent gratitude can make a direct influence on social adaptation, and can also play an indirect role through school bonding.

**【Key words】** Cooperative behavior; Mental health; Social adjustment; Adolescent

感恩作为一种积极正向的情绪, 是对自己有帮助的所有因素所抱持的一种感激, 并愿意回报的一种认识、情感和行为, 能够激发人们内心的善良情怀, 促使个体与他人、社会紧密相联<sup>[1]</sup>。社会适应是个体在与外部环境相互作用的过程中为达到主客体的协调平衡状态, 而主动调控自我行为的过程<sup>[2]</sup>。有研究表明, 感恩具有积极情感评价的作用, 能够促进助人行为的发生, 进而增强社会适应性<sup>[3]</sup>。Wood 等<sup>[4]</sup>研究表明, 感恩作为一种积极的人格特质, 将有助于提高个体的社会适应水平。学校联结(school bonding)指学生对自身与学校关系的认知及与学校中其他人员创建一种积极情感关系, 重点展现的是学生对学校在认

知、情感和行为上的认可与投入<sup>[5]</sup>。学校联结是影响学生学习与发展的重要调节变量, 同时对暴力、犯罪等危及健康的行为具有保护作用<sup>[6]</sup>。相关研究证实, 学校联结对青少年社会适应有预估作用, 与同学支持和教师支持相比, 学校归属感的作用更为明显<sup>[7]</sup>。感恩和学校联结之间也存在正相关, 感恩的内外在目标理论指出, 感恩能够促进青少年合群动机和归属动机<sup>[8]</sup>, 有助于青少年对学校活动行为和情感方面的投入, 从而获得同学和老师的接纳、认可与情感支持, 提高学校联结水平。因此推测, 感恩在影响青少年社会适应的过程中会受到学校联结的影响。本文探究学校联结三大维度(同学支持、教师支持与学校归属感)在感恩与社会适应间的中介效应, 结果报道如下。

**【基金项目】** 国家社会科学基金青年资助项目(15CSH052)。

**【作者简介】** 殷颢文(1988-), 女, 江苏新沂人, 硕士, 讲师, 主要研究方向为青少年心理。

**【通讯作者】** 贾林祥, E-mail: linxiangjia@aliyun.com。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2019.01.018

## 1 对象与方法

**1.1 对象** 于 2017 年 12 月, 采用分层抽样的方法, 随机抽取徐州地区徐州四中、新沂四中、徐州王杰中学、新沂三中、徐州医科大学、江苏师范大学 6 所学校

共1 400名初中至大学的学生为被试,在中学组,考虑年级、性别等情况,以班级为单位随机抽取,初中组共抽取457名学生,高中组共抽取479名学生,在大学组,考虑专业、性别、年级等因素随机抽取464名大学生。初中、高中、大学组被试平均年龄分别为14.13、17.46和20.71岁。共回收有效问卷1 304份,其中初中生410名,高中生468名,大学生426名;男生572名,女生732名。本研究经江苏师范大学伦理学研究会委员会批准。

1.2 方法 以班级为单位,利用课间对学生进行团体施测,测试时间20 min。测试前征求被试的同意,由心理学专业老师介绍问卷的内容和目的,在无干扰的情况下进行无记名问卷测试,问卷完成后当场收回。

1.2.1 青少年感恩特质问卷 该问卷由孙配贞等<sup>[9]</sup>编制,包括重要他人感恩、社会事物感恩、自然事物感恩3个维度,共19个项目,使用7级评分,总分越高说明青少年的感恩倾向越强,之前研究证实该问卷在我国青少年群体中具有良好的适用性。本研究中总量表的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.90。

1.2.2 学校联结量表 由喻承甫等<sup>[10]</sup>在参考同类研究工具的基础上编制而成,包括10个项目,分为同学支持、教师支持和学校归属感3个维度,先前的研究表明该问卷信效度良好。量表采用5级评分,越接近“5”越趋向于“完全同意”,分值越高说明青少年学校联结水平越高。此次研究总量表的Cronbach  $\alpha$ 系数是0.88。

1.2.3 青少年社会适应状况评估问卷 由周晖等<sup>[11]</sup>加以修订,问卷由50个项目组成,分为自我适应、人际适应、行为适应以及环境适应4个部分,每个部分涵盖积极与消极的2个维度,共8个维度<sup>[12]</sup>。问卷采用5级评分,其中1代表完全不符合,3代表有点符合,5代表非常符合,以往研究显示该问卷对于我国青少年群体适用性良好<sup>[11]</sup>。本研究中总量表的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.86。

1.3 统计学处理 采用SPSS 19.0对数据进行统计分析,使用Mplus 7.0进行结构方程建模。为了更准确分析模型中各个中介变量的中介作用,采用Bootstrap方法,构造3 000个样本量,检验各路径系数是否有统计学意义<sup>[13]</sup>。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

## 2 结果

2.1 青少年感恩的性别、学段差异 感恩总分及感恩的3个维度性别和学段主效应均有统计学意义( $P$ 值均 $<0.05$ ),女生感恩总分和3个维度得分均高于男生;大学生的感恩总分及3个维度分高于初高中生。性别与学段之间的交互效应无统计学意义( $P$ 值均 $>$

0.05)。见表1。

表1 不同性别不同年级青少年感恩得分比较( $\bar{x}\pm s$ )

性别与学段	人数	统计值	感恩	重要他	社会事	自然事	
			总分	人感恩	物感恩	物感恩	
性别	男	572	106.11±17.41	31.48±3.75	43.53±8.75	31.11±7.50	
	女	732	111.87±14.59	32.33±3.09	45.55±7.42	33.99±6.42	
			<i>F</i> 值	38.09	16.47	20.49	42.74
学段	初中	410	107.31±17.74	32.01±3.44	43.92±8.94	31.38±7.71	
	高中	468	110.17±15.58	33.25±3.27	44.87±7.95	33.20±7.19	
	大学	426	112.33±19.45	34.58±3.54	45.12±7.35	33.47±6.03	
			<i>F</i> 值	4.88	3.72	3.66	4.55

注: $P$ 值均 $<0.01$ 。

2.2 青少年感恩与其他变量的相关分析 青少年感恩与社会适应和学校联结的3个维度(学校归属感、教师支持、同学支持)均呈正相关;学校联结的3个维度与社会适应之间也均呈正相关( $P$ 值均 $<0.01$ )。见表2。

表2 青少年感恩学校联结和社会适应的相关系数( $r$ 值, $n=1 304$ )

变量	感恩总分	学校归属感	教师支持	同学支持
学校归属感	0.33			
教师支持	0.29	0.69		
同学支持	0.23	0.57	0.55	
社会适应	0.26	0.17	0.14	0.18

注: $P$ 值均 $<0.01$ 。

2.3 学校联结在感恩和社会适应间的中介作用检验 以感恩作为自变量,社会适应为因变量,学校联结为中介变量,建立结构方程模型。模型的各项拟合指数 $\chi^2/df=5.07$ , $CFI=0.97$ , $TLI=0.94$ , $RMSEA=0.04$ ,表明模型拟合良好。采用Bootstrap检验来验证中介效应的显著性,结果显示,所有中介路径的效应值都是正数,95%置信区间为0.03~0.09,均不包含0,表明学校联结在感恩与社会适应间发挥着中介作用(中介效应值为0.06)。见图1。

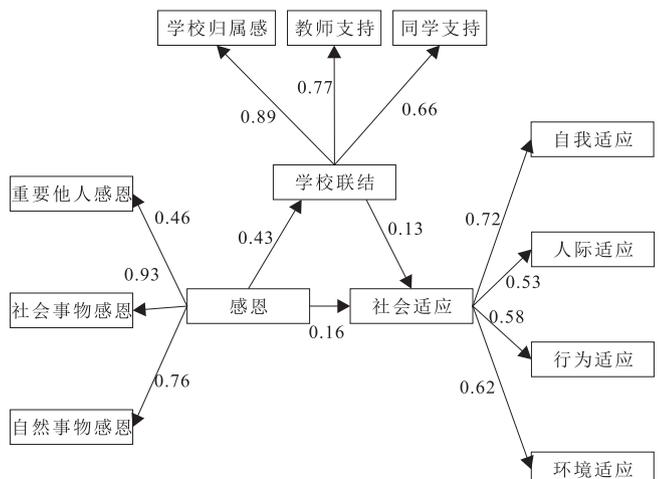


图1 学校联结在感恩对社会适应影响中的中介作用模型

### 3 讨论

调查显示,青少年感恩在性别上差异有统计学意义,女生得分比男生高,说明女生的感恩体验要多于男生,更容易感知到他人、社会对自己的帮助。Bronmick 等<sup>[14]</sup>研究发现,女生的感恩水平显著高于男生,即女生在遇到困难时更倾向于向别人倾诉或者求助于他人,因此得到帮助的机会比男生多,感恩意识也比男生强烈。董霞等<sup>[15-17]</sup>研究结果也表明,女生感恩总体水平显著高于男生。

不同学段学生的感恩水平差异有统计学意义,整体来说,青少年感恩水平的发展会因为年龄的不断增长而呈现不断提升的态势。Gordon 等<sup>[18]</sup>研究发现,与年龄较小的孩子(4~8岁)相比,年龄大一些的孩子(9~12岁)会对自己的亲人、同伴表现出更多的感激之情。可能是由于在年级不断升高的同时,学生的自我中心意识开始有所减少,而移情能力不断发展,对人际关系的理解更加深刻<sup>[19]</sup>,因此大学生感恩水平与初高中生相比相对较高。

相关分析结果显示,感恩对社会适应具有积极促进作用,青少年感恩水平越高,其社会适应水平也会随之相对较好,以往研究结果也验证了这一点<sup>[20]</sup>。Emmons 等<sup>[21-22]</sup>均初步表明,感恩和个体社会适应间有一定关系,感恩能够对个体社会适应进行积极预估。喻承甫等<sup>[10]</sup>研究也表明,感恩与青少年问题行为呈负相关,感恩水平越高,问题行为越少,进而社会适应水平越高。

除实证研究外,本研究结论也能够从感恩有关理论中获得相应解释。感恩的拓宽建构理论认为,感恩是将个体与社会紧密联系的积极情绪,有利于个体建立持久的认知资源<sup>[23]</sup>。积极的情感具有适应性的进化机制,可以拓宽人们的思想行为技能,提高人的创造力和认知能力<sup>[24]</sup>。相关研究也表明,感恩具有扩展效应,通过积极拓宽和建构的过程,帮助个体建立起更多有用的个体资源和更为优越的社会认知资源,以应对将来的压力和威胁<sup>[25]</sup>。感恩的内外在目标理论则认为,感恩倾向高的个体对内在目标更为关注,对名利、权利等外在目标的需求相对较小。内在目标追求者尤为注重良好人际关系的维护,通过人际间的交流与沟通来获得个体长远积极的发展,包括主观幸福感的提升、社会适应能力的增强等<sup>[26]</sup>。

将学校联结作为中介变量引入其中,考察感恩对社会适应影响的作用机制,结果表明,学校联结在感恩与社会适应间发挥着部分中介作用,中介效应值为 0.06,说明感恩既对社会适应有直接影响,也可以通过学校联结对其产生间接影响。社会交往和人际关系是感恩形成的必要条件,感恩倾向高的个体更加注重良好人际关系的建立和维护<sup>[27]</sup>,在与人交往过程中更

能体验到信任、帮助、分享、共情等亲社会倾向,有助于青少年对学校生活的积极参与,促使学生在学校中可以获得更多与同伴、老师互动的机会,进而促进青少年与同学创建良好关系、与教师创建友好师生关系,从而让学生产生对学校的归属感与荣誉感,因而他们相对于感恩水平低的个体更能够经常性体验到同学和老师的关心、接纳与支持,形成安全型情感联结,从而增强了学校联结水平,提升社会适应水平。可以发现感恩是通过情感归属和社会支持对青少年社会适应有所影响。孙配贞等<sup>[28]</sup>通过研究证实,感恩能够促使学生学校生活满意度和学校归属感的提升,而学校归属感是学校联结的重要组成部分;McNeely 等<sup>[29]</sup>研究证明,学校联结对青少年社会适应具有显著的预测作用,与同学支持和教师支持相比,学校归属感发挥的作用更为明显。学校归属感高的学生更愿意遵守学校的校纪校规,乐于奉献自己为同学服务,积极参加校园活动,可有力促进青少年积极健康发展,减少问题行为的出现,进而促进社会适应水平的提高。提示学校应该重视青少年情感教育和价值观教育,通过对感恩品质的关注强化学生的感恩行为;家长也要发挥感恩榜样示范的作用,培养孩子积极的人格特质;青少年要从自身做起,在行动中践行感恩认知,升华感恩情感,提高社会适应能力。

### 4 参考文献

- [1] 刘静.大学生感恩、非理性信念与主观幸福感的关系研究[D].哈尔滨:哈尔滨工程大学,2012.
- [2] 李冬梅,雷雳,邹泓.青少年社会适应行为的特征及影响因素[J].首都师范大学学报(社会科学版),2007,35(2):150-156.
- [3] EMMONS, MCCULLOUGH M E. The psychology of gratitude [M]. New York: Oxford University Press, 2004: 99-103.
- [4] WOOD A M, MALTBY J, STEWART N, et al. Social-cognitive model of trait and state levels of gratitude [J]. Emotion, 2008, 8(2): 281-290.
- [5] 殷颖文,贾林祥.学校联结的研究现状与发展趋势[J].心理科学,2014,37(5):1180-1184.
- [6] MCNEELY C A, NONNEMAKER J M, BLUM R W. Promoting school connectedness: evidence from the national longitudinal study of adolescent health [J]. J Sch Health, 2002, 72(4): 138-146.
- [7] 赵科,高长松,赖怡,等.中学生幸福感和社会支持在感恩与学业成就间的调节作用[J].中国学校卫生,2018,39(3):462-464.
- [8] BONO G, FROH J J. Handbook of positive psychology in schools [M]. New York: Routledge, 2009: 77-88.
- [9] 孙配贞,郑雪,余祖伟.初中生感戴、自尊与学校生活满意度的关系[J].中国临床心理学杂志,2009,17(6):750-752.
- [10] 喻承甫,张卫,曾毅茵,等.青少年感恩与问题行为的关系:学校联结的中介作用[J].心理发展与教育,2011,27(4):425-433.
- [11] 邹泓,余益兵,周晖,等.中学生社会适应状况评估的理论模型建构与验证[J].北京师范大学学报(社会科学版),2012,57(1):65-72.
- [12] 殷颖文,毛曦,顾友梅.社会适应问题研究综述[J].湘南学院学报,2017,18(3):115-117.

- [5] NAJA F, HWALLA N, ITANI L, et al. A Western dietary pattern is associated with overweight and obesity in a national sample of Lebanese adolescents (13–19 years): a cross-sectional study [J]. *Br J Nutr*, 2015, 114(11):1909–1919.
- [6] 严双琴, 曹慧, 顾春丽, 等. 学龄前儿童饮食模式及与父母文化程度影响的研究 [J]. *中华流行病学杂志*, 2017, 38(8):1060–1063.
- [7] 王素芳, 穆敏, 赵艳, 等. 大学新生膳食模式及其影响因素的研究 [J]. *中华流行病学杂志*, 2011, 32(9):869–872.
- [8] 宓伟, 练武, 杨曼丽, 等. 烟台市老年人膳食模式及其影响因素 [J]. *卫生研究*, 2017, 46(1):27–31.
- [9] 全国学生体质与健康调研组. 2014 年全国学生体质与健康调研工作手册 [Z]. 北京: 高等教育出版社, 2014:17–24.
- [10] 马冠生. 儿童少年的饮食行为及影响因素 [J]. *中国健康教育*, 2005, 21(5):337–340.
- [11] 陈春明. 中国学龄儿童青少年超重和肥胖预防与控制指南(试用) [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2007.
- [12] American Academy of Pediatrics Committee on Public Education. American academy of pediatrics: children, adolescents and television [J]. *Pediatrics*, 2001, 107(2):423–426.
- [13] 张继国, 张兵. 膳食模式研究方法的进展 [J]. *卫生研究*, 2013, 42(4):698–700.
- [14] AMBROSINI G L, ODDY W H, ROBINSON M, et al. Adolescent dietary patterns are associated with lifestyle and family psycho-social factors [J]. *Public Health Nutr*, 2009, 12(10):1807–1815.
- [15] GALVAN-PORTILLO M, SANCHEZ E, CÁRDENAS- CÁRDENAS L M, et al. Dietary patterns in Mexican children and adolescents: characterization and relation with socio-economic and home environment factors [J]. *Appetite*, 2017, 121(11):275–284.
- [16] NILSEN S M, KROKSTAD S, HOLMEN T L, et al. Adolescents' health-related dietary patterns by parental socio-economic position, The Nord-Trøndelag Health Study (HUNT) [J]. *Eur J Public Health*, 2010, 20(3):299–305.
- [17] PEARSON N, BIDDLE S J. Sedentary behavior and dietary intake in children, adolescents and adults: a systematic review [J]. *Am J Prev Med*, 2011, 41(2):178–188.
- [18] 宫伟彦, 郭海军, 刘伟佳, 等. 沈阳、广州、武汉和成都四城市中小学生学习行为调查分析 [J]. *卫生研究*, 2015, 44(3):486–489.
- [19] 李凤娟, 孙经, 杨汴生, 等. 河南省中学生饮食行为流行现状及影响因素 [J]. *中国学校卫生*, 2017, 38(7):1003–1006.
- [20] 王艳, 刘维娜, 甄世祺. 江苏省青少年饮食行为及影响因素分析 [J]. *江苏预防医学*, 2015, 26(6):35–38.
- [21] BORGES C A, SLATER B, SANTALIESTRA-PASIAS A M, et al. Dietary patterns in European and Brazilian adolescents: comparisons and associations with socioeconomic factors [J]. *Nutrients*, 2018, 10(1):1–17.
- [22] 洪忻, 李解权, 王志勇, 等. 南京城区居民膳食模式及其影响因素研究 [J]. *中华疾病控制杂志*, 2015, 19(1):54–57.
- [23] AL-HAZZAA H M, AL-SOBAYEL H I, ABAHUSSAIN N A, et al. Association of dietary habits with levels of physical activity and screen time among adolescents living in Saudi Arabia [J]. *J Hum Nutr Diet*, 2014, 27(S2):204–213.
- [24] ARORA M, NAZAR G P, GUPTA V K, et al. Association of breakfast intake with obesity, dietary and physical activity behavior among urban school-aged adolescents in Delhi, India: results of a cross-sectional study [J]. *BMC Public Health*, 2012, 10(17):1–12.

收稿日期:2018-09-20;修回日期:2018-11-11

(上接第 71 页)

- [13] SHROUT P E, BOLGER N. Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations [J]. *Psychol Methods*, 2002, 7(4):422–445.
- [14] BRONMICK R D, SWALLOW B L. Parties, lads, friends, love and New cast leunited: a study of young peoples values educational studies [J]. *J Person Soc Psychol*, 2001, 27(2):143–158.
- [15] 董霞, 张宁, 姜婷娜. 感戴的研究现状及展望 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2008, 16(8):953–954.
- [16] 甘启颖. 大学生感恩心理对主观幸福感影响的实证研究 [D]. 西安: 陕西师范大学, 2009.
- [17] 孙配贞, 江红艳. 感恩的心理学研究进展 [J]. *徐州师范大学学报(哲学社会科学版)*, 2012, 38(4):151–155.
- [18] GORDON A K, MUSER-EIZENMAN D R, HOLUB S C, et al. What are children thankful for? An archival analysis of gratitude before and after the attack s of September 11 [J]. *Applied Dev Psychol*, 2004, 25(5):541–553.
- [19] GREENE K L, RUBIN D, WALTERS L, et al. The utility of understanding adolescent egocentrism in designing health promotion messages [J]. *Health Commun*, 1996, 8(2):131–152.
- [20] 赵科, 尹可丽. 感恩对景颇族、汉族初中生幸福感的影响机制 [J]. *民族教育研究*, 2018, 29(3):63–70.
- [21] EMMONS R A, MCCULLOUGH M E. Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life [J]. *J Person Soc Psychol*, 2003, 84(2):377–389.
- [22] WOOD A M, MALTBY J, GILLET R, et al. The role of gratitude in the development of social support, stress, and depression: two longitudinal studies [J]. *J Res Person*, 2008, 42(4):854–871.
- [23] FREDRICKSO B L. The psychology of gratitude [M]. New York: Oxford University Press, 2004:145–166.
- [24] FREDRICKSO B L, BRANIGAN C. Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires [J]. *Cogn Emot*, 2005, 19(1):313–332.
- [25] WOOD A M, JOSEPH S, LINLEY P A. Coping style as a psychological resource of grateful people [J]. *J Soc Clin Psychol*, 2007, 26(9):1108–1125.
- [26] 邱会霞. 高中生感恩、生命意义和幸福感的关系 [D]. 天津: 天津师范大学, 2017.
- [27] ADLER M G, FAGLEY N S. Appreciation: individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being [J]. *J Person*, 2005, 73(7):79–114.
- [28] 孙配贞, 郑雪, 余祖伟. 初中生感戴状况与学校生活满意度的关系: 应对方式的中介作用 [J]. *心理发展与教育*, 2010, 26(1):67–72.
- [29] MCNEELY C, FALCI C. School connectedness and the transition into and out of health-risk behavior among adolescents: a comparison of social belonging and teacher support [J]. *J Sch Health*, 2004, 74(7):284–292.

收稿日期:2018-08-16;修回日期:2018-11-08