

山西大学 2020 届硕士学位论文

领悟社会支持对高中生应对方式的影响： 心理资本的中介作用

作者姓名	张悦
指导教师	杨继平 教授 王素萍 中小学正高级
学科专业	教育硕士
研究方向	心理健康教育
培养单位	教育科学学院
学习年限	2017 年 7 月至 2020 年 6 月

二〇二〇年六月

山西大学

2020 届硕士学位论文

领悟社会支持对高中生应对方式的影 响：心理资本的中介作用

作者姓名	张悦
指导教师	杨继平 教授 王素萍 中小学正高级
学科专业	教育硕士
研究方向	心理健康教育
培养单位	教育科学学院
学习年限	2017 年 7 月至 2020 年 6 月

二〇二〇年六月

Thesis for Master' s degree, Shanxi University, 2020

The impact of perceived social support on coping styles
of high school students: the mediating role of
psychological capital

Student Name	Yue Zhang
Supervisor	Prof. Ji-ping Yang pri/sec school teacher-senior Su-ping Wang
Major	Master of Education
Specialty	Mental health education
Department	Institute of Education Science
Research Duration	2017.07-2020.06

June, 2020

目 录

中文摘要	I
ABSTRACT	II
引 言	1
第一章 文献综述	2
1.1 应对方式的研究综述.....	2
1.1.1 应对方式的概念界定	2
1.1.2 应对方式的测量	2
1.1.3 应对方式的研究现状.....	3
1.2 领悟社会支持的研究综述.....	4
1.2.1 领悟社会支持的概念界定	4
1.2.2 领悟社会支持的测量	4
1.2.3 领悟社会支持的研究现状	5
1.3 心理资本的研究综述.....	6
1.3.1 心理资本的概念界定	6
1.3.2 心理资本的测量	6
1.3.3 心理资本的研究现状	6
1.4 应对方式与领悟社会支持、心理资本的关系研究.....	7
第二章 问题提出与研究设计	9
2.1 问题的提出.....	9
2.1.1 以往研究的不足与拟研究的问题	9
2.1.2 研究假设.....	9
2.2 研究目的与意义	9
2.2.1 研究目的	9
2.2.2 研究意义.....	10
2.3 研究设计.....	10
2.3.1 研究对象	10
2.3.2 研究工具	11

2.3.3 数据处理	12
第三章 结果与分析	13
3.1 共同方法偏差检验.....	13
3.2 高中生应对方式的一般特点.....	13
3.2.1 高中生应对方式的总体水平分析	13
3.2.2 高中生应对方式的人口学统计学差异	13
3.3 高中生领悟社会支持的一般特点.....	15
3.3.1 高中生领悟社会支持的总体水平分析	15
3.3.2 高中生领悟社会支持的人口学统计学差异	15
3.4 高中生心理资本的一般特点.....	16
3.4.1 高中生心理资本的总体特征	16
3.4.2 高中生心理资本的人口学统计学差异	17
3.5 高中生应对方式和领悟社会支持、心理资本的关系研究.....	18
3.5.1 高中生应对方式和领悟社会支持、心理资本的相关分析	18
3.5.2 领悟社会支持、心理资本对应对方式的回归分析	20
3.5.3 心理资本在领悟社会支持和应对方式间的中介效应检验	21
第四章 讨论	23
4.1 高中生应对方式的特征分析.....	23
4.1.1 高中生应对方式的总体特征	23
4.1.2 高中生应对方式在人口学变量上的差异	23
4.2 高中生领悟社会支持的特征分析.....	24
4.2.1 高中生领悟社会支持的总体特征	24
4.2.2 高中生领悟社会支持在人口学变量上的差异	24
4.3 高中生心理资本的特征分析.....	25
4.3.1 高中生心理资本的总体特征	25
4.3.2 高中生心理资本在人口学变量上的差异	25
4.4 高中生应对方式和领悟社会支持、心理资本的关系分析.....	25
第五章 结论与展望.....	28
5.1 结论.....	28

5.2 建议.....	28
5.3 不足和展望.....	29
参考文献.....	30
附 录.....	34
致 谢.....	35
个人简况及联系方式.....	36
承 诺 书.....	37
学位论文使用授权声明.....	38

Contents

Chinese Abstract	I
ABSTRACT	II
Introduction	III
Chapter 1 Literature Review	2
1.1 Summary of research on coping styles	2
1.1.1 The concept of coping style	2
1.1.2 Measurement of response methods	2
1.1.3 Research status of coping styles	3
1.2 Summary of research on perceived social support	4
1.2.1 The concept of perceived social support	4
1.2.2 Measurement of perceived social support	4
1.2.3 Research status of perceived social support	5
1.3 Summary of research on psychological capital	6
1.3.1 The concept of psychological capital	6
1.3.2 Measurement of psychological capital	6
1.3.3 Research status of psychological capital	6
1.4 Research on the relationship between coping styles, perceived social support and psychological capital	7
Chapter 2 Problem Proposal and Research Design	8
2.1 Issues raised	9
2.1.1 Deficiencies of previous studies and problems to be studied	9
2.1.2 Research assumptions	9
2.2 Research purpose and significance	9
2.2.1 Research purpose	9
2.2.2 Research significance	10
2.3 Research Design	10
2.3.1 Research Object	10
2.3.2 Research tools	11

2.3.3 Data processing	12
Chapter 3 Results and Analysis	12
3.1 Common method deviation test	13
3.2 General characteristics of coping styles of high school students.....	13
3.2.1 Analysis of the overall level of coping styles of high school students	13
3.2.2 Demographic differences in coping styles of high school students	13
3.3 General characteristics of comprehend social support of high school students	15
3.3.1 Analysis of the overall level of comprehend social support of high school students	15
3.3.2 Demographic differences in comprehend social support of high school students	15
3.4 General characteristics of psychological capital of high school students.....	16
3.4.1 Analysis of the overall level of psychological capital of high school students	16
3.4.2 Demographic differences in psychological capital of high school students	17
3.5 Research on the relationship between coping styles of high school students, perceived social support, and psychological capital	18
3.5.1 Correlation analysis of high school students' coping styles, perceived social support, and psychological capital.....	18
3.5.2 Regression analysis of perceived social support and psychological capital correspondence.....	20
3.5.3 The intermediary effect test of psychological capital in perceived social support and coping styles	21
Chapter 4 Discussion	22
4.1 Characteristic analysis of coping styles of high school students	23
4.1.1 General characteristics of coping styles of high school students.....	23
4.1.2 Differences in demographic variables of coping styles of high school students	23
4.2 Characteristic analysis of perceived social support of high school students	24

4.2.1 General characteristics of comprehend social support of high school students	24
4.2.2 Differences in demographic variables of comprehend social support of high school students.....	24
4.3 Characteristic analysis of psychological capital of high school students	25
4.3.1 General characteristics of psychological capital of high school students	25
4.3.2 Differences in demographic variables of psychological capital of high school students	25
4.4 Analysis of the relationship between coping styles of high school students, perceived social support, and psychological capital	25
Chapter 5 Conclusion and Prospect	28
5.1 Conclusion	28
5.2 Recommendation	28
5.3 Deficiencies and Outlook.....	29
Reference	30
Appendix.....	34
Acknowledgements	35
Personal profile and contact information.	36
Letter of commitment	37
Authorization statement.....	38

中文摘要

高中阶段作为人生的一个重要阶段，这个时期的学生的心理和生理都在飞速发展，但是其心理发展的不平衡性和不稳定性都会给高中生的成长带来许多问题，高中生在面临这些问题时，会采取怎样的应对方式呢？众多研究发现不同的应对方式将直接影响高中生的心理健康水平以及主观幸福感，而应对方式又受到领悟社会支持、心理资本的影响。本研究在分析高中生应对方式、领悟社会支持和心理资本的现状和关系上，深入探究领悟社会支持和心理资本对应对方式的影响机制，旨在帮助高中生在面对压力和困难时通过积极成熟的方式来解决问題。

本研究采取问卷调查法，选取山西省运城市的两所高中进行整群随机抽样，共发放问卷 589 份，回收的有效问卷共 532 份，有效问卷回收率为 90.32%，得出如下结果：

（1）在应对方式方面，高中生较多采用解决问题、求助等成熟的应对方式。在人口学变量上，男生在合理化维度上得分显著高于女生；独生子女在自责维度上得分显著高于非独生子女；高年级在解决问题、求助等得分显著高于低年级。

（2）在领悟社会支持方面，高中生的领悟社会支持处于中等偏上水平。在人口学变量上，居住地为城镇的高中生在领悟社会支持总分和家庭支持显著高于农村高中生；高一在总体水平、家庭支持和其他人支持上得分显著低于高二、高三，在朋友支持上高一显著低于高二。

（3）在心理资本方面，高中生的心理资本处于中等偏上水平。在人口学变量上，在希望维度上，男生得分显著高于女生；居住地为城镇的高中生在心理资本在总体水平和乐观、韧性、自我效能上得分都显著高于农村的高中生；高一在心理资本在总体水平和各维度得分显著低于高二、高三。

（4）领悟社会支持、心理资本和应对方式之间有密切关系。领悟社会支持与心理资本可以正向预测解决问题、求助等成熟的应对方式；负向预测退避、幻想、自责等不成熟的应对方式。

（5）心理资本在领悟社会支持与应对方式之间起着部分中介作用。

关键词：高中生；领悟社会支持；应对方式；心理资本

ABSTRACT

The high school stage is an important stage of life. The psychology and physiology of students in this period are developing rapidly, but the imbalance and instability of their psychological development will bring many problems to the growth of high school students. When high school students face these problems, what kind of response will they take? Numerous studies have found that different coping styles will directly affect the mental health level and subjective well-being of high school students, and coping styles are affected by perceived social support and psychological capital. This research analyzes the current situation and relationship between high school students' coping styles, perceived social support and psychological capital, and deeply explores the impact mechanism of perceived social support and psychological capital on the mode. It is designed to help high school students solve problems in a proactive and mature way when facing pressure and difficulties.

In this study, a questionnaire survey method was adopted. Two high schools in Yuncheng City, Shanxi Province were randomly sampled. A total of 589 questionnaires were issued to eliminate missing and invalid questionnaires. A total of 532 valid questionnaires were recovered, and the effective questionnaire recovery rate was 90.32%. The following conclusions are drawn:

(1) In terms of coping styles, high school students mostly adopt mature coping styles such as problem solving and help seeking. In demographic variables, boys scored significantly higher than girls in rationalization dimension, the only child scored significantly higher than non only child in self blame dimension, and the higher grade scored significantly higher than the lower grade in problem-solving and help seeking.

(2) In terms of perceived social support, the perceived social support of high school students is at the upper middle level. In demographic variables, high school students living in urban areas have significantly higher scores of perceived social support and family support than rural high school students, and high grade students have significantly higher scores of perceived social support and all dimensions than low grade students.

(3) In terms of psychological capital, the psychological capital of high school students is at the upper middle level. The scores of the four dimensions from high to

low are optimism, resilience, self-efficacy, and hope. In terms of demographic variables, boys scored significantly higher than girls. The psychological capital of high school students is significantly different in urban and rural areas in terms of overall level, optimism, resilience, and self-efficacy, and the residence is significantly higher in urban areas than in rural areas. The overall score and psychological dimensions of high school one are significantly lower than those of high school two and high school three.

(4) There is a close relationship among comprehend social support, psychological capital and coping style. Comprehend social support and psychological capital can positively predict mature coping styles such as solving problems and asking for help; negatively predict and cope with immature coping styles such as retreat, fantasy, and self-blame.

(5) Psychological capital plays a partial intermediary role in perceived social support and coping styles.

Keywords: High school students; Perceived social support; Coping styles; Psychological capital

引 言

高中作为青少年期一个比较特殊又重要的阶段，是一个心理转变的巨大时期，而这个时期的他们的生理与心理、与社会关系的发展是不同步的，具有较大的不平衡性，是由不成熟转变为成熟，由儿童走向成人的过渡时期，而这个时期他们由于面临高负荷的学业压力以及其心理发展的矛盾性，很容易出现一些问题，如果高中生在面对这些压力和挫折时无法妥善处理 and 解决，将导致其心理健康出现问题。有研究者发现，应对方式与领悟社会支持和心理资本都与个体的心理健康水平存在一定的关系，且两两之间也存在相关。

因此作为高中生，在面对压力源时，他们会采取怎样的应对方式和策略，如何利用社会支持资源，以及心理资本又如何间接发挥作用来帮助个体去解决问题，构成了本研究的出发点。

本研究在国内外已有研究的基础上，以高中生为研究对象，对其应对方式、领悟社会支持和心理资本的基本状况及其三者的关系进行研究。并在此研究上，试图提出通过提升心理资本的方法，帮助高中生充分认识和发掘个人内在的积极心理品质，使高中生在应对困难和挫折时能使用积极成熟的应对方式来解决困难。其次，通过探究学校、家庭和社会可提供哪些有利的社会支持帮助高中生解决困难应对压力，从而为高中生的挫折教育提供指导和建议，促进高中生的健康的成长。

第一章 文献综述

1.1 应对方式的研究综述

1.1.1 应对方式的概念界定

应对是个体在面对应激事件时做出的调节身体与心理反应时的总体感知和行动，又被称作应付方式、应对策略。研究者根据对应对方式研究内容和关注点不同，对应对方式的定义不尽相同，大致可以将应对方式分为两种不同的类型：

将应对方式定义为一种心理活动过程。Lazarus 和 Folkman（1984）认为应对方式定义为个体面临应激情境时做出的认知和行为的努力^[1]。Compas 等（2001）将应对定义为个体在面对压力事件时，有意识地调节情绪、认知、行为和环境的意志努力^[2]。黄希庭（2000）认为：应对是个体在面临压力时为减轻其负面影响而作出的认知和行为的努力过程^[3]。此类观点，都将应对方式定义为一种心理活动过程，强调面对压力及解决问题中的心理变化。

将应对方式定义为一种行为和策略。肖计划（1996）将应对方式定义为个体对压力环境中的状况的认知评价，以及在认知评价后为平衡身心健康所采取的措施^[4]。Taylorse（2007）认为应对方式是个体为缓解工作压力带来的不利影响通常会采取如解决问题、寻求支持、表达无助和怨恨等举措^[5]。此类观点，都将应对方式定义为一种行为策略，强调个体解决问题所采取的行为和措施。

基于以上研究，本研究将应对方式定义为：个体对外界压力做出的认知和行为习惯。

1.1.2 应对方式的测量

国内外根据研究者对应对方式结构的不同划分，编制了不同的应对方式量表。

国外比较具有代表性的量表有：Lazarus 等人（1988）编制的应对方式调查表（the Ways of Coping Questionnaire, WOCQ），该量表包括八个维度，分别为：直接应对、疏离、有计划的解决问题、寻求社会支持、自我调控、逃避或回避、承担责任、积极的再评估^[6]。Carver 等人编制的应对量表（COPE），包括积极应对、抑制无关活动、计划、积极再认知、克制忍耐、寻求工具性社会支持、寻求情感性社会支持、求助宗教、幽默、情绪发泄、否认、心理解脱、行为解脱、接受、酒精和药物等 15 个维度。

我国适用较广且适合我国本土的应付方式问卷的有：解亚宁（1993）的简易应付方式问卷（Simplified Coping Style Questionnaire, SCSQ）将应付方式分为积极应对和消极应对两个纬度^[7]。姜乾金等人自编的《特质性应付方式问卷》，将16项特质性应对条目分成消极应对风格和积极应对风格两类^[8]。肖计划和许秀峰等人（1996）编制的应付方式问卷（Coping Style Questionnaire, CSQ），把中学生应付方式分为六个分量表：问题解决、退避、求助、自责、幻想和合理化^[9]。后有些研究者发现该应付行为成熟等次序列的类型与 Vaillant 等人（1975）观点有相似之处，六种应付方式在个体身上的不同组合形式进行再分类，即成熟型应付方式（问题解决、求助）；不成熟型应付方式（退避、自责与幻想）；混合型应付方式（合理化）。

黄希庭（2000）自编了中学生应付方式量表，将应付方式分为：问题解决、求助、退避、发泄、幻想和忍耐^[2]。陈树林和郑全全等人（2000）在根据国外相互作用理论，编制了中学生压力应付方式量表（Cybernetic Coping Scale, CCS），主要包括七种类型：问题解决、合理解释、寻求支持、逃避、忍耐、发泄情绪、幻想和否认^[10]。

本研究选用肖计划等人编制的应付方式量表，该问卷适用于14岁以上的青少年，且信效度良好，符合本次的研究对象和基本要求。

1.1.3 应对方式的研究现状

已有研究均表明应对方式与心理健康存在显著相关，常向东等人（2016）、梁军林等人（1999）、孙录（2000）、廖友国（2004）、李姝（2014）等的研究结果基本相似，都证实了应对方式和心理健康存在显著相关。

在目前对应对方式的影响因素研究，大致可以分为个体因素（如性别、年龄、是否独生子女、人格特质等）和情境因素（如压力源、社会支持等）。

在应对方式与人口学变量关系上，黄希庭（2000）在对中学生的应对方式的初步研究中发现，女生更多采用发泄和忍耐等应对方式，男生更多采用幻想等应对方式^[2]。车文博和黎兵（2005）等人对大学生的心理压力应对方式的特点研究中，发现在面临心理压力时，发现女生比男生采取更加积极的应对方式，男生多采用否认、推诿等，而女生多采用倾诉求助、调整认知、合理化与幻想等应对方式^[11]。黄希庭（2000）的研究结果表明，高三学生较高一、高二学生，更多使用求助、发泄和退避等应对方式^[2]。

在应对方式与大五人格的相关性研究中，刘亚玲（2018）的研究积极应对

方式与外向性、开放性、尽责性维度存在显著正相关，与神经质存在显著负相关^[12]；田瑞琪和唐小娟（2014）也发现，应对方式与神经质、内外倾、宜人性、尽职性显著相关，开放性与成熟应对方式具有显著相关，与不成熟的应对方式不具有显著相关性^[13]。

在压力源上，孙涛（2013）在对高中生压力源和应对方式的研究中发现，高中生的压力源对应对方式具有显著地预测作用，学习压力与同学朋友压力可以显著地预测应对方式中的解决问题、退避和幻想维度^[14]。

1.2 领悟社会支持的研究综述

1.2.1 领悟社会支持的概念界定

社会支持是指个体与来自家庭、朋友，以及其他社会各方面所产生的精神上或物质上的联系程度。社会支持作为一种重要的外部资源，对个体的心理健康起着重要作用。按照性质可将社会支持分为客观支持和主观支持。客观支持指个体客观上实际得到的支持，如物质支持；主观支持是指个体主观体验到社会支持的程度，如情感支持。20 世纪末期以后，国内外学者将主观支持作为一个独立的变量后，便开始对领悟社会支持展开了大量的研究。

Lakey B 等人（1996）研究表明，客观支持与主观支持的相关度并不高，这也就说明实际社会支持与领悟社会支持可能存在不同的心理结构与功能^[15]。Wu T 和 Serper M R.（1999）研究结果发现，领悟社会支持相较于客观社会支持对心理健康有更加积极的影响，更加能预测人的心理健康状况，而且实际的社会支持则对个体的幸福感影响非常微弱，也可能起负面的影响^[16]。

Dunkel-Schetter C 等人（1990）将领悟社会支持定义为个体对可能获得的社会支持的信念，对社会支持的期望和评价^[17]。Samson B. R.等人（1991）认为，领悟社会支持是指个体在社会中对被尊重、被理解、被支持的情感体验和满意程度^[18]。

基于以上研究，本研究将领悟社会支持定义为：个体对外界的社会支持程度的感受和评价。

1.2.2 领悟社会支持的测量

测量领悟社会支持多为自评量表，目前使用较广泛问卷的有：

国外较为代表性的量表是由 Zimet 编制的领悟社会支持量表（Perceived Social Support Scale, PSSS），该量表测量的是个体感知到的社会支持的程度，

包括家庭支持, 朋友支持和其他人支持三个因子, 量表共 12 个条目, 量表的得分越高, 代表个体感受和理解到的社会支持程度越高。

我国代表性强的量表有肖水源编制的社会支持评定量表 (Social Support Rating Scale, SSRS), 该量表由十个条目组成, 包含三个因子, 分别为主观支持, 客观支持和对支持的利用度, 而主观支持维度测量的内容反映了受试者对社会支持的感知水平^[19]。

姜乾金翻译修订 Zimet 编制的领悟社会支持量表 (Perceived Social Support Scale, PSSS), 用来测量个体对社会支持的感知水平。该量表共 12 个条目, 包括了家庭支持、朋友支持和其他人支持 3 个维度^[20]。

本研究就采取姜乾金翻译修订的领悟社会支持量表。该量表信效度较好, 使用方便, 应用广泛。

1.2.3 领悟社会支持的研究现状

在已有的研究中可以发现, 领悟社会支持与个人的心理健康水平以及人的幸福感、生活满意度都与存在相关。叶俊杰 (2006) 发现领悟社会支持会影响个体的抑郁、焦虑等消极情绪体验^[21]。张苹等人 (2020) 在对济南市医学本科生的研究中发现, 领悟社会支持可以正向预测其主观幸福感水平^[22]。牛玉柏、郝泽生等人 (2019) 也在研究中发现乐观和领悟社会支持可以直接影响老年人的主观幸福感^[23]; 张志涛、王敬群等人 (2012) 也发现, 领悟到更多的社会支持, 有利于降低个体的孤独感, 增加主观幸福感^[24]。张馨方 (2019) 发现领悟社会支持是影响大学生社交回避及苦恼的个体内部心理因素^[25]。除此之外, 一些研究者还发现领悟社会支持能够正向预测自我效能感, 从感知到来自亲朋好友的支持, 从而获得快乐感和归属感, 从而帮助个体提升自尊水平, 增加自信心, 促进身心健康。

根据现有的研究, 领悟社会支持的影响因素有性别、年龄、是否独生、城乡来源等人口学变量。就性别这个维度而言, 目前多数研究发现女生的领悟社会支持高于男生。例如, 孟海英和王艳芝 (2007) 等人发现, 女生领悟社会支持水平及各维度都显著高于男生^[26]。还有一些研究发现领悟社会支持在性别上不存在显著性差异, 例如张馨方 (2019) 在对大学生外表拒绝敏感性对社交回避的影响的研究中发现男女在领悟社会支持上并无显著差异, 但在独生子女、城乡来源以及是否为班干等其他人口学变量上均存在显著性差异, 独生子女、担任班级干部、城镇大学生的领悟社会支持水平显著高于非独生子女、非班级干部以及农村大学生^[24]。

1.3 心理资本的研究综述

1.3.1 心理资本的概念界定

心理资本最早是 Luthans（2004）提出并延伸到人力资源管理领域，最早主要用于研究企业的管理组织。Luthans 将心理资本明确定义为：个体在一般积极状态下的核心心理要素，表现为符合积极组织行为标准，并超越了人力和社会资本，可通过有针对性地开发和投资而使个体和组织获得竞争优势^[27]。Seligman（2007）首先将心理资本扩展到积极心理学研究的领域。2007 年 Luthans 又对之前定义进行修订，认为：心理资本是个体在成长和发展过程中表现出来的一种积极心理状态。其特点是：有信心通过努力完成具有挑战性的任务；对成功进行积极归因，并坚信一定能通过努力到达成功；坚持目标并在必要时调整策略，促使自己不断前进；在面对失败或逆境时的一种心理复原力。分别对应心理资本的 4 个维度：自我效能、乐观、希望和韧性^[28]。

但是由于心理学家对于心理资本是否具有能动性的争议，使得其定义至今仍未达到统一。大致分为三类：特质论——心理资本是一种个体内在稳定的心理特质（Hosen, 2004），这种观点认为心理资本很难进行改变；状态论——心理资本是个体积极的心理状态（Luthans 等, 2004），这种观点认为心理资本可以被影响和提升；综合论——心理资本是一种含有状态性的心理素质（Luthans 等, 2007），这种观点认为心理资本既可以被开发，同时又具有相对稳定性。

综合以上，本研究将心理资本定义为：个体可发展的积极的心理状态。

1.3.2 心理资本的测量

由于对心理资本的结构划分不同，国内外针对心理资本编制的测量工具也不尽相同。

国外使用较为具有代表性的为 Luthans 等（2007）编制的心理资本问卷（Psychological Capital Questionnaire-24, PCQ-24），主要用来测量个体积极的心理状态水平，包含希望、乐观、自我效能和韧性四个维度^[24]。

我国张阔等人（2010）根据我国国情编制了适合本土的积极心理资本问卷（Positive Psychological Capital, PPQ），该问卷包含了希望、乐观、自我效能和韧性四个因子 26 个条目题目，具有良好的信度和效度^[29]。

本研究就采取了张阔等人编制的心理资本问卷。

1.3.3 心理资本的研究现状

在已有研究来看,心理资本可以正向预测心理健康水平。张阔等人研究发现(2010)心理资本与反映心理健康水平的指标具有显著的相关,得出心理资本对心理健康有显著的积极影响^[28]。潘清泉等人的研究也发现,贫困大学生心理资本及各因素对心理健康水平均存在正向的预测作用^[30]。熊俊梅和海曼(2020)研究发现青少年心理资本正向预测生活满意度,负向预测焦虑和抑郁^[31]。王宝堂、张善红(2019)对1497名大学生大学生抑郁症状的舒缓效应实证分析中,发现心理资本对抑郁状况会产生显著负作用^[32]。还有一些学者的研究也发现,心理资本的各个维度,包括自我效能感、希望、乐观、韧性都与心理健康存在正向相关^{[33][34][35][36][37]}。

关于心理资本的影响因素主要体现在人口学变量上。付立菲与张阔(2010)对大学生的学业倦怠和心理资本进行研究,发现大学生心理资本处于良好的水平。大学生心理资本在性别、年级、学科上都存在显著差异,男生在自我效能感因子上显著性高于女生,乐观因子上大三学生乐观水平显著高于大二,理工科乐观水平显著高于文科^[38]。但是也有一些学者得出不同的结论,例,李林英等人(2011)的研究结果表明在性别,生源地以及是否独生子女上没有显著差异,但在年级上存在显著差异^[39]。

1.4 应对方式与领悟社会支持、心理资本的关系研究

查阅已有文献,发现目前针对应对方式与领悟社会支持、心理资本之间直接进行三者关系的研究较少,较多是针对三个变量两两之间的或者变量维度间的研究。

张虹和陈树林等人(1999)的研究表明,社会支持和问题解决等应对策略是对高中生的应激反应有影响的中介变量^[40]。杨亚琦、王力在(2020)对男性服刑人员领悟社会支持与应对方式的关系研究中发现,领悟社会支持和心理韧性、积极应对方式之间两两显著正相关^[41]。郭小利和尹华英(2020)发现,社会支持可以正向预测儿科护士的积极应对方式,负向预测消极应对方式^[42]。林晓珊和崔洪波(2020)对319名高职学生进行研究,发现控制性别、年级和自我肯定后,领悟社会支持对积极应对有显著的正向影响,对消极应对有显著的负向影响^[43]。

潘清泉和周宗奎(2009)在对贫困大学生研究中发现,积极应对方式在心理资本与心理健康状况之间起部分中介作用^[29]。魏德坤(2019)研究发现,社会支持与应对方式均对医护人员心理资本具有预测作用^[44]。曾菁惠(2019)也发现高

校辅导员心理资本与积极应对方式呈正相关，与消极应对方式呈负相关^[45]。祝月苹等人对护士心理资本、应对方式和工作绩效的影响因素及相关性研究中发现：心理资本与积极应对、工作绩效存在显著正相关^[46]。彭咏梅和杨小兵（2017）在对医专生父母教养方式与应对方式：心理资本的中介作用的研究中得出，心理资本与消极应对呈负相关，与积极应对呈显著正相关^[47]。

郭薇和刘连龙（2014）研究老年人主观幸福感时，发现老年人的社会支持与心理资本之间呈显著正相关，社会支持越多，心理资本水平就越高^[48]。张文龙（2020）在探究高职新生生涯适应力特点及心理资本在高职新生领悟社会支持与生涯适应力间的中介作用中发现，领悟社会支持各维度与心理资本之间呈显著正相关^[49]。此外，还有吴双双（2013）、王佳慧（2016）、郭霞（2016）的研究中都表明了，领悟社会支持与心理资本存在显著的正相关，并且能预测心理资本水平，即，领悟社会支持能力较高的学生，往往拥有积极乐观的心态。

目前国内外研究者就心理资本与应对方式、社会支持之间的两两关系虽然已经有了一些研究，但直接对这三个变量之间的关系的研究还尚缺。国内仅有的一篇关于高考复读生心理资本、社会支持与应对方式的关系研究，研究者周哲（2015）发现，高考复读生的社会支持在心理资本和应对方式起着部分中介作用^[50]。另外，王瑶等人（2008）的研究中得出，军人自我效能感和社会支持、积极应对存在显著正相关，并且应对方式是社会支持和自我效能感的中介变量^[51]。

从已有研究，不难发现应对方式、领悟社会支持、心理资本两两变量之间均存在显著相关，且较多研究都发现领悟社会支持、心理资本可以预测个体的应对方式，故而，本研究选择领悟社会支持、心理资本以及应对方式作为研究变量，着力探讨三者之间的关系，试图探究领悟社会支持对个体的应对方式的预测作用以及心理资本是否在其中发挥中介作用。

第二章 问题提出与研究设计

2.1 问题的提出

2.1.1 以往研究的不足与拟研究的问题

在以往关于应对方式、领悟社会支持与心理资本在教育领域中的研究中,发现以下问题,其一,研究对象仍多以大学生为被试,而以中小學生为研究对象较少,故本研究将研究扩展研究对象至高中生。其二,多学者大多对三者其中两两变量进行相关研究或变量与其他变量的因子做关系研究,但三者其中的中介作用研究仍处于空白阶段,因此应对方式、社会支持与心理资本三者之间的链式关系,仍值得进一步探索。本研究从实证的角度深入地探讨了高中生领悟社会支持、心理资本与应对方式的现状以及关系,对影响高中生身心健康的这众多因素之三进行了更为全面地考察,通过引进心理资本这个变量来探讨领悟社会支持是怎样来影响青少年的应对方式,以及心理资本在其中起了怎样的中间作用。从而从心理资本和社会支持层面为高中生心理危机的预防和干预提供更多的理论指导,以及为中学生的心理健康教育提供实践支持。

2.1.2 研究假设

假设一:高中生应对方式、领悟社会支持与心理资本在人口学变量上均存在显著差异。

假设二:高中生应对方式、领悟社会支持与心理资本两两之间存在显著性差异。成熟的应对方式与领悟社会支持和心理资本存在显著正相关,不成熟的应对方式与领悟社会支持和心理资本存在显著负相关;领悟社会支持和心理资本存在正相关。

假设三:心理资本在领悟社会支持和应对方式间存在中介作用。

2.2 研究目的与意义

2.2.1 研究目的

本研究旨在通过问卷调查法在了解高考高中生的心理资本水平、社会支持水平和应对方式水平的基础上,达到以下目的:

(1) 了解高中生的应对方式、领悟社会支持以及心理资本的总体特征及其在人口学变量上的差异。

(2) 研究高中生应对方式与领悟社会支持和心理资本总体水平以及各因素

之间的相互关系,从而进一步探索心理资本在领悟社会支持和应对方式间的中介作用。

(3) 从社会支持层面和个体积极心理资本方面为高中生应对挫折提出合理化的建议,以帮助高中生采用成熟的应对方式来解决实际问题。

2.2.2 研究意义

理论意义: 本研究通过研究领悟社会支持和心理资本对高中生的应对方式的影响,确立它们相互影响的作用机制,为以后相关方面的研究提供理论支持和帮助。其次将心理资本扩展到教育领域,通过研究高中生这一群体的心理资本状况,不仅可以对心理资本有更深入的了解,而且可以在一定程度上拓展心理资本的研究群体,希望有助于进一步丰富和完善心理资本理论。

实践意义: 高中生是个体生理和心理由不成熟走向成熟的重要过渡期,此阶段的高中生心理发展具有明显的不平衡性和独特性,这一阶段随着课业负担加重以及自我意识飞速发展,当其在面对来自外界和自身的压力时,如果无法采取恰当积极的方式应对的话,很容易造成心理问题和问题行为。通过了解高中生的领悟社会支持、心理资本和应对方式的基本状况和关系,能帮助我们更加客观地了解高中生的心理健康情况,并可以有针对性地提出建议,在高中生面对压力和挫折时引导其使用更加积极和成熟的应对方式,这有利于引导高中生的心理朝着积极、健康的方向发展。

2.3 研究设计

2.3.1 研究对象

根据研究目的,选取了山西省运城市两所高中以班级为单位发放问卷,采用集中施测,本研究共发放问卷 589 份,剔除信息缺失和无效问卷,回收的有效问卷共 532 份,有效率为 90.32%。有效被试的构成情况见表 2.1:

表 1 被试选取情况及各人口学变量分布情况 (N=532)

		频次	百分数
性别	男	202	38.0
	女	330	62.0
年级	高一	94	17.7
	高二	309	58.1
	高三	129	24.2
专业	文科	89	16.7
	理科	353	66.4
	暂未分科	90	16.9
家庭居住地	城镇	111	20.9
	农村	421	79.1
独生子女	是	62	11.7
	否	470	88.3

2.3.2 研究工具

(1) 应对方式问卷 (CSQ)

本研究采用肖计划编制的应对方式问卷 (CSQ)，用于测查个体近两年来的应付行为状况对应激事件的应对方式策略^[29]。该问卷共有 62 个项目，除 4 个反向计分的题目，其他条目均为：选择“是”得 1 分，选择否得 0 分。如果选择“是”，则请继续对后面的“有效”、“比较有效”、“无效”作出评估；如果选择“否”，则请继续下一个条目。问卷由 6 个分量表组成，分别是问题解决、自责、求助、幻想、退避和合理化。各分量表计算各分量表的因子分。因子分计算方法如下：

$$\text{分量表因子分} = \frac{\text{分量表单项条目分之和}}{\text{分量表条目数}}$$

在本研究中该量表的内部一致性系数 α 为 0.797。

(2) 领悟社会支持量表 (PSSS)

本研究采用姜乾金翻译 Zime 等人编制领悟社会支持量表 (PSSS)，该量表测量个体对社会支持的理解和感受，表示个体感受到来自他人的支持程度^[31]。该问卷共 12 个项目，分为 3 个分量表，分别测定个体领悟到的来自家庭、朋友和其他人的支持程度，量表采用李克特用 7 级评分法，从 1 到 7 分别表示“完全不

符合”到“完全符合”，此量表社会支持总分和分量表均由相应条目分累加。

根据本研究受测者高中生的特殊性，将问卷中关于其他人支持项目的问卷条目中的“领导”和“同事”全部修改为“老师”和“同学”，本研究中量表的内部一致性系数 α 为 0.951。

（3）积极心理资本问卷（PPQ）

本研究采用张阔等人（2008）编制的积极心理资本问卷（PPQ），用于测量个体在成长和发展过程中表现出来的一种积极心态^[30]。该问卷共 26 个条目，包括四个维度：自我效能、韧性、希望和乐观。问卷采用李克特用 7 级评分法，从 1 到 7 分别表示“完全不符合”到“完全符合”，心理资本总分和各维度计算分别计算各自项目的平均分，得分越高表示个体心理资本水平越高。

在本研究中量表的内部一致性系数 α 为 0.917。

2.3.3 数据处理

采用 Spss16.0 和 Amos21.0 对本研究中的数据进行处理和分析。

第三章 结果与分析

3.1 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素检验法进行共同方法偏差检验, 结果表明, 特征值大于 1 的因子有 23 个, 且第 1 个公共因子解释率为 19.164%, 低于 40% 的临界值, 可以推断本研究不存在严重的共同方法偏差^[52]。

3.2 高中生应对方式的一般特点

3.2.1 高中生应对方式的总体水平分析

对应对方式问卷的有效数据进行描述性统计分析, 高中生应对方式六个分量表得分情况如下表:

表 2 高中生应对方式描述性统计

	<i>M</i>	<i>SD</i>
解决问题	0.673	0.205
自责	0.397	0.265
求助	0.577	0.207
幻想	0.448	0.219
退避	0.351	0.209
合理化	0.373	0.166

根据表 2, 解决问题和求助得分高于中间值 0.5, 其他因子分均低于 0.5, 各因子分由大到小依次为: 解决问题、求助、幻想、自责、合理化、退避。说明高中生在面对困难和挫折时较多使用成熟型的应对方式, 较少使用自责、退避等不成熟的应对方式以及合理化的混合型应对方式。

3.2.2 高中生应对方式的人口学统计学差异

采用独立样本 *t* 检验对性别、学科、居住地和独生子女进行差异性分析, 对年级进行单因素方差分析, 并采用 *LSD* 法对其进行事后检验, 结果见下表:

表 3 高中生应对方式的人口学统计学差异 ($M \pm SD$)

		解决问题	自责	求助	幻想	退避	合理化
性别	男	0.684±0.209	0.409±0.271	0.556±0.214	0.438±0.230	0.359±0.222	0.397±0.172
	女	0.666±0.203	0.390±0.261	0.590±0.202	0.453±0.212	0.347±0.201	0.358±0.160
	<i>t</i>	0.963	0.833	-1.846	-0.777	0.633	2.644**
学科	文科	0.720±0.191	0.385±0.273	0.583±0.197	0.447±0.221	0.357±0.200	0.365±0.177
	理科	0.678±0.208	0.377±0.258	0.587±0.211	0.430±0.215	0.337±0.206	0.367±0.160
	<i>t</i>	1.709	0.260	-0.166	0.681	0.829	-0.120
家庭居住地	城镇	0.704±0.182	0.385±0.286	0.578±0.199	0.430±0.228	0.336±0.217	0.361±0.165
	农村	0.664±0.211	0.400±0.259	0.577±0.209	0.452±0.217	0.355±0.207	0.376±0.166
	<i>t</i>	1.825	-0.558	0.075	-0.964	-0.879	-0.836
独生子女	是	0.652±0.196	0.465±0.289	0.540±0.191	0.444±0.220	0.364±0.186	0.400±0.181
	否	0.675±0.207	0.388±0.261	0.582±0.209	0.448±0.219	0.350±0.212	0.369±0.163
	<i>t</i>	-0.845	2.136*	-1.489	-0.153	0.492	1.390
年级	高一 a	0.615±0.197	0.488±0.268	0.530±0.196	0.518±0.218	0.404±0.224	0.410±0.175
	高二 b	0.676±0.207	0.381±0.260	0.588±0.207	0.438±0.210	0.336±0.203	0.365±0.164
	高三 c	0.707±0.201	0.370±0.262	0.584±0.212	0.42±0.232	0.349±0.209	0.366±0.161
	<i>F</i>	5.574**	6.988**	3.016*	6.332**	3.850*	2.906
事后检验		a<b; a<c	a>b; a>c	a<b	a>b; a>c	a>b	a>b; a>c

由表 3 可知，在性别上，高中生的应对方式在合理化上差异显著，且为男生高于女生。在其他因子上均无显著差异。在独生子女上，高中生的应对方式在自责上差异显著，且独生子女得分高于非独生子女。在年级上，高中生的应对方式除合理化外，在整体水平和其他因子上差异均显著。高中生解决问题上，高二、高三得分显著高于高一，在自责和幻想上，高一得分显著高于高二、高三；在求助上，高一得分显著低于高二；在逃避上，高一得分显著高于高二。在学科和家庭居住地上，在应对方式各维度上均无显著差异。

3.3 高中生领悟社会支持的一般特点

3.3.1 高中生领悟社会支持的总体水平分析

表 4 高中生领悟社会支持描述性统计

	<i>M</i>	<i>SD</i>
领悟社会支持	64.562	13.094
家庭支持	20.931	5.159
朋友支持	21.944	4.589
其他人支持	21.688	4.752

由表 4 可知，高中生领悟社会支持总分为 64.562（量表最大分值为 84），且各个分量表得分均大于 20（分量表最大分值为 28），表示高中生社会支持系统良好，且能较好的感知和领悟到社会支持。各个维度由高到低依次为朋友支持、其他支持、家庭支持。

3.3.2 高中生领悟社会支持的人口学统计学差异

采用独立样本 *t* 检验对性别、学科、居住地和独生子女进行差异性分析，对年级进行单因素方差分析，并采用 *LSD* 法对其进行事后检验，结果见下表：

表 5 高中生领悟社会支持的人口学统计学差异 ($M \pm SD$)

	性别	领悟社会支持	家庭支持	朋友支持	其他人支持
性别	男	63.891 $\pm$ 13.444	20.609 $\pm$ 5.444	22.094 $\pm$ 4.376	21.188 $\pm$ 5.202
	女	64.973 $\pm$ 12.879	21.127 $\pm$ 4.974	21.852 $\pm$ 4.719	21.994 $\pm$ 4.435
	<i>t</i>	-0.925	-1.125	0.591	-1.832
学科	文科	64.888 $\pm$ 12.816	20.753 $\pm$ 5.059	22.214 $\pm$ 4.638	21.921 $\pm$ 4.645
	理科	65.541 $\pm$ 13.241	21.414 $\pm$ 5.091	22.164 $\pm$ 4.597	21.963 $\pm$ 4.781
	<i>t</i>	-0.419	-1.096	0.090	-0.074
家庭 居住地	城镇	66.874 $\pm$ 12.749	21.820 $\pm$ 5.357	22.622 $\pm$ 4.119	22.432 $\pm$ 4.805
	农村	63.953 $\pm$ 13.131	20.696 $\pm$ 5.086	21.765 $\pm$ 4.693	21.492 $\pm$ 4.725
	<i>t</i>	2.098*	2.048*	1.753	1.860
独生子 是 否	是	63.339 $\pm$ 13.815	20.371 $\pm$ 5.735	21.677 $\pm$ 4.707	21.290 $\pm$ 5.071
	否	64.723 $\pm$ 13.003	21.004 $\pm$ 5.08	21.979 $\pm$ 4.577	21.740 $\pm$ 4.712
	<i>t</i>	-0.782	-0.908	-0.486	-0.701
年级	高一 a	60.234 $\pm$ 12.203	19.213 $\pm$ 5.238	20.575 $\pm$ 4.652	20.447 $\pm$ 4.540
	高二 b	65.566 $\pm$ 12.958	21.217 $\pm$ 5.149	22.456 $\pm$ 4.232	21.893 $\pm$ 4.773
	高三 c	65.310 $\pm$ 13.502	21.496 $\pm$ 4.898	21.713 $\pm$ 5.145	22.101 $\pm$ 4.743
	<i>F</i>	6.381**	6.599**	6.402**	4.026*
	事后检验	a<b;a<c	a<b;a<c	a<b	a<b;a<c

由表 5 可知, 在家庭居住地上, 高中生的领悟社会支持在总体水平和家庭支持上差异显著, 且为居住地为城镇高于农村的。在其他因子上均无显著差异。在年级上, 高中生的领悟社会支持在总体水平和各维度上均差异显著, 在总体水平、家庭支持和其他人支持, 高一得分显著低于高二、高三; 在朋友支持上高一显著低于高二。在性别, 独生子女, 学科上无显著差异。

3.4 高中生心理资本的一般特点

3.4.1 高中生心理资本的总体特征

表 6 高中生心理资本描述性统计

	<i>M</i>	<i>SD</i>
心理资本	4.730	0.841
乐观	5.193	1.042
韧性	5.028	1.061
希望	4.342	0.928
自我效能	4.357	0.954

由表 6 可知，高中生心理资本均分 4.730，大于中间值 4，且各个维度得分均大于 4，表示高中生心理资本水平处于中等偏上水平。四个维度得分由高到低分别为乐观、韧性、自我效能、希望。

3.4.2 高中生心理资本的人口学统计学差异

采用独立样本 *t* 检验对性别、学科、居住地和独生子女进行差异性分析，对年级进行单因素方差分析，并采用 *LSD* 法对其进行事后检验，结果见下表：

表 7 高中生心理资本的人口学统计学差异 ($M \pm SD$)

		心理资本	乐观	韧性	希望	自我效能
性别	男	4.773 $\pm$ 0.892	5.125 $\pm$ 1.114	5.017 $\pm$ 1.043	4.493 $\pm$ 0.983	4.456 $\pm$ 1.018
	女	4.704 $\pm$ 0.809	5.235 $\pm$ 0.994	5.035 $\pm$ 1.073	4.250 $\pm$ 0.882	4.296 $\pm$ 0.908
	<i>t</i>	0.894	-1.180	-0.192	2.953**	1.835
学科	文科	4.900 $\pm$ 0.878	5.326 $\pm$ 1.110	5.245 $\pm$ 1.013	4.504 $\pm$ 0.917	4.527 $\pm$ 1.010
	理科	4.775 $\pm$ 0.820	5.253 $\pm$ 1.002	5.081 $\pm$ 1.060	4.372 $\pm$ 0.922	4.394 $\pm$ 0.927
	<i>t</i>	1.262	0.596	1.322	1.202	1.181
家庭 居住地	城镇	4.915 $\pm$ 0.801	5.420 $\pm$ 0.961	5.215 $\pm$ 0.977	4.418 $\pm$ 0.983	4.605 $\pm$ 0.889
	农村	4.681 $\pm$ 0.846	5.134 $\pm$ 1.055	4.979 $\pm$ 1.077	4.322 $\pm$ 0.913	4.291 $\pm$ 0.960
	<i>t</i>	2.612**	2.595*	2.094*	0.973	3.110**
独生子女	是	4.724 $\pm$ 0.860	5.164 $\pm$ 1.123	5.119 $\pm$ 1.034	4.242 $\pm$ 1.071	4.373 $\pm$ 0.969
	否	4.731 $\pm$ 0.840	5.197 $\pm$ 1.032	5.016 $\pm$ 1.065	4.355 $\pm$ 0.908	4.355 $\pm$ 0.953
	<i>t</i>	-0.059	-0.235	0.716	-0.794	0.142
年级	高一 a	4.407 $\pm$ 0.797	4.853 $\pm$ 1.041	4.646 $\pm$ 1.007	4.076 $\pm$ 0.912	4.056 $\pm$ 0.943
	高二 b	4.763 $\pm$ 0.810	5.261 $\pm$ 0.994	5.083 $\pm$ 1.041	4.360 $\pm$ 0.918	4.346 $\pm$ 0.937
	高三 c	4.888 $\pm$ 0.890	5.280 $\pm$ 1.111	5.176 $\pm$ 1.089	4.493 $\pm$ 0.931	4.601 $\pm$ 0.942
	<i>F</i>	9.736***	6.249**	7.983***	5.728**	9.187***
	事后检验	a<b;a<c	a<b;a<c	a<b;a<c	a<b;a<c	a<b;a<c

由表 7 可知,在性别,高中生的心理资本在总分上没有显著差异,但在希望维度上,差异显著,且男生得分高于女生。在家庭居住地上,高中生的心理资本在总体水平和乐观、韧性、自我效能上,差异显著,且为居住地为城镇高于农村的。在年级上,高中生的心理资本在总体水平和各维度上均差异显著,且均为高一得分显著低于高二、高三;在学科和独生子女上无显著差异。

3.5 高中生应对方式和领悟社会支持、心理资本的关系研究

3.5.1 高中生应对方式和领悟社会支持、心理资本的相关分析

对应对方式和领悟社会支持、心理资本三者间的关系进行分析,结果见下:

表 8 应对方式、心理资本和领悟社会支持的相关分析

	领悟社会支持	家庭支持	朋友支持	其他人支持	心理资本	自我效能	韧性	乐观	希望	解决问题	自责	求助	幻想	退避	合理化
领悟社会支持	1														
家庭支持	.908***	1													
朋友支持	.859***	.620***	1												
其他人支持	.940***	.818***	.727***	1											
心理资本	.548***	.510***	.458***	.515***	1										
自我效能	.483***	.457***	.406***	.442***	.875***	1									
韧性	.445***	.407***	.376***	.422***	.863***	.634***	1								
乐观	.521***	.470***	.434***	.505***	.860***	.666***	.731***	1							
希望	.398***	.385***	.326***	.364***	.775***	.674***	.513***	.474***	1						
解决问题	.343***	.330***	.279***	.319***	.612***	.528***	.566***	.486***	.486***	1					
自责	-.373***	-.367***	-.316***	-.324***	-.464***	-.444***	-.344***	-.255***	-.548***	-.272***	1				
求助	.443***	.364***	.415***	.424***	.367***	.318***	.298***	.322***	.302***	.402***	-.272***	1			
幻想	-.197***	-.164***	-.194***	-.176***	-.281***	-.252***	-.230***	-.077	-.411***	-.152***	.609***	-.090*	1		
退避	-.285***	-.245***	-.258***	-.271***	-.360***	-.320***	-.320***	-.225***	-.357***	-.208***	.611***	-.243***	.605***	1	
合理化	-.252***	-.199***	-.253***	-.233***	-.191***	-.174***	-.164***	-.131***	-.179***	.020	.482***	-.149***	.497***	.579***	1

由表 8 可知：

（1）领悟社会支持及各维度与应对方式各维度均呈显著相关，领悟社会支持与解决问题和求助等成熟性应对方式存在显著正相关，与自责、幻想、退避等不成熟应对方式及合理化混合型应对方式存在显著负相关，也就是说对社会支持的感受与领悟能力越高，则应对困难时更倾向于采取成熟的应对方式。

（2）心理资本及各维度与应对方式各维度（除乐观和幻想外）均存在显著相关，心理资本及各维度与解决问题和求助等成熟性应对方式存在显著正相关，与自责、幻想、退避等不成熟应对方式及合理化混合型应对方式存在显著负相关，也就是说个体的心理资本水平越高，更容易采取解决问题和求助等成熟的应对方式；个体的心理资本水平越低，则更容易采取自责和退避等消极不成熟的应对方式。

（3）心理资本及其各维度和领悟社会支持及其各维度均存在显著正相关。感受和领悟到的社会支持越多，其心理资本水平也就越高，同理，心理资本水平更高的个人，更容易感受到来自亲属、朋友及其他人的社会支持。

3.5.2 领悟社会支持、心理资本对应对方式的回归分析

基于以上相关分析，采用回归分析法考察高中生领悟社会支持对应对方式的影响。以领悟社会支持为自变量，分别以应对方式的五个因子问题解决、自责、求助、幻想、退避和合理化为因变量进行线性回归。

3.5.2.1 领悟社会支持对应对方式的回归分析

以应对方式各因子作为因变量，以领悟社会支持作为预测变量进行回归分析，结果显示：

表 9 领悟社会支持对应对方式的回归分析

因变量	预测变量	R^2	F	$Beta$	t
问题解决	领悟社会支持	.118	70.865***	.343	8.414***
自责		.139	85.629***	-.373	-9.257***
求助		.196	129.387***	.443	11.375***
幻想		.039	21.318***	-.197	-4.617***
退避		.081	47.022***	-.285	-6.857***
合理化		.063	35.798***	-.252	-5.983***

由表 9 可知，领悟社会支持对应对方式各因子的回归效果达到了极其显著水平（ $P<.000$ ），即，高中生的领悟社会支持对应对方式有及其显著的预测能力，

对问题解决和求助有显著的正向预测,对自责、幻想、退避和合理化有显著的负向预测。也就是说个体对社会支持的感受与领悟能力越高,则应对困难时更倾向于采取问题解决和求助成熟的应对方式;个体领悟社会支持程度越低,则更倾向于采取自责和退避等消极不成熟的应对方式。从 R^2 来看,领悟社会支持能够分别解释应对方式中解决问题、自责、求助、幻想、退避、合理化各因子总变异的 11.8%、13.9%、19.6%、3.9%、8.1%、6.3%。

3.5.2.2 心理资本对应对方式的回归分析

以应对方式各因子作为因变量,以心理资本作为预测变量进行回归分析,结果显示:

表 10 心理资本对应对方式的回归分析

因变量	预测变量	R^2	F	$Beta$	t
问题解决	心理资本	.375	318.173***	.612	17.837***
自责		.215	145.40***	-.464	-12.058***
求助		.135	82.489***	.367	9.082***
幻想		.079	45.475***	-.281	-6.744***
退避		.129	78.811***	-.360	-8.878***
合理化		.036	20.001***	-.191	-4.472***

由表 10 可知,心理资本对应对方式各因子的回归效果均达到了极其显著水平 ($P<.000$),即,心理资本对应对方式有及其显著的预测能力,其中,对问题解决和求助有显著的正向预测,对自责、幻想、退避和合理化有显著的负向预测。也就是说个体对心理资本水平,则更倾向于采取问题解决和求助等成熟的应对方式;个体的心理资本水平越低,则更容易采取自责和退避等消极不成熟的应对方式。与从 R^2 来看,领悟社会支持能够分别解释应对方式中解决问题、自责、求助、幻想、退避、合理化各因子总变异的 37.5%、21.5%、13.5%、7.9%、12.9%、3.6%。

3.5.3 心理资本在领悟社会支持和应对方式间的中介效应检验

根据以上以研究结果,以心理资本为中介,分别构建领悟社会支持通过心理资本影响应对方式各个因子的模型。使用 Amos21.0 进行中介效应路径图的构建,得到图 1 所示的中介效应模型图。各项拟合指数皆达到良好水平, RMSEA 均小于 0.08 之间, GFI、AGFI、NFI、IFI、CFI 指数均大于 0.9。使用 Bootstrap 抽样检验法进行中介效应研究,抽样次数为 5000 次,结果显示:各路径中介效

应 95%的置信区间均不包含 0，说明各中介效应路径均成立。

图 1 中介效应模型图

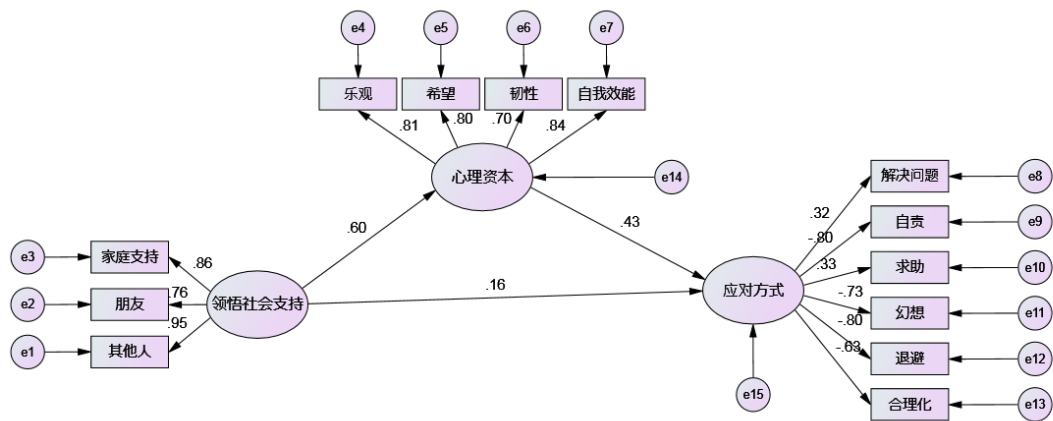


表 11 中介效应值及 *Bootstrap* 抽样检验法

路径	标准化间接效应 估计值	解释总效应 的百分比/%	95%的置信区间	
			下限	上限
总效应	0.223		0.003	0.009
间接效应	0.067	0.301	0.002	0.006
直接效应	0.156	0.699	0.001	0.004

结果表明领悟社会支持-心理资本-应对方式中介模型成立，心理资本在领悟社会支持和应对方式各因子间起部分中介作用。

第四章 讨论

4.1 高中生应对方式的特征分析

4.1.1 高中生应对方式的总体特征

本研究的研究结果表明,高中生在面对困难和挫折时较多使用解决问题、求助等成熟型的应对方式,而较少使用自责、退避等不成熟的应对方式以及合理化的混合型应对方式,这一结果与黄希庭(2000)在中学生应对方式的初步研究中和王智(2005)高中生应对方式的初步研究的研究结果基本一致^[53],中学生在面对挫折与压力时,采用的应对方式,主要是问题解决和求助等成熟的应对方式,而较少采用退避、自责等不成熟的应对方式。兰玉萍(2003)在中学生应对方法的调查中也指出,中学生采取的应对方式依次为:解决问题、求助、幻想、回避、合理化、自责^[54]。这说明高中生的心理和认知发展水平已经在一个比较高的水平,当他们在面对生活事件时,能采取积极的应对方式分析和解决问题;其次,高中生目前最大的压力主要来自于学业压力,而现在大多数学校目前已开设的心理课程以及压力教育,也在不断渗透影响着高中生的行为方式,帮助他们学会使用积极成熟的应对方式来平衡环境与学业带来的压力。

4.1.2 高中生应对方式在人口学变量上的差异

本研究发现,在性别上,高中生的应对方式在合理化上差异显著,且为男生高于女生,这可能是由于男生在面对困难时更多用“理性思维”来解决问题,所以更加擅长采用对自己有利的一种合理化的理由,使自己免于焦虑和痛苦。在其他因子上,男生解决问题、退避、自责得分高于女性,在求助和幻想上得分低于女性,但是差异并不显著。究其原因可能是,男性在成长教育要求其要更加的独立,以及社会对男生“男子汉”气概的期待和要求,所以在面对挫折和压力时,男生多采取解决问题,自责和退避等独立的应对方式;而女性由于敏感和依赖的特质,在遇到困难时更容易采取求助身边的亲人和朋友,来帮助其渡过难关。

在独生子女上,高中生的应对方式在自责上差异显著,且独生子女得分高于非独生子女,这可能是由于独生子女在成长的过程中,父母对其的要求更加严苛,而高中时期又处于一个比较叛逆的阶段,如果父母不能及时给予积极的支持,在遭遇困难时,独生子女更容易感到孤立无援,无法像非独生子女一样,求助于兄弟姐妹,只能采取自责的消极的应对方式。在其他因子上,独生子女退避和合理化,得分高于非独生子女;在解决问题、求助、幻想和得分均低于非独生子女,

但两者差异并不显著。

在年级上，高中生的应对方式除合理化外，在整体水平和其他因子上差异均显著。高中生在解决问题上，高二、高三得分显著高于高一，在自责和幻想上，高一得分显著高于高二、高三；在求助上，高一得分显著低于高二；在逃避上，高一得分显著高于高二。这可能是由于高一年级刚进入高中校园，对于周围环境的陌生感使其无法对新的困难应对自如，在面对困难时，只能被动的采取自责、幻想以及逃避消极不成熟的应对方式；高二高三等高年级已完全适应了高中生活，再去面对挫折时，能采取更加成熟的应对方式。

4.2 高中生领悟社会支持的特征分析

4.2.1 高中生领悟社会支持的总体特征

本研究结果表明，高中生社会支持系统良好，且能较好的感知和领悟到社会支持，而且来自于朋友的支持得分大于家庭支持和其他人支持得分。原因可能有两方面：高中生处于青少年时期，与同学朋友相处的时间远远高于父母，对自我的认知与评价较多来自于周围同龄人，所以此时期感受到来自朋友的支持与影响远远大于家庭；其次，这个时期的青少年因为自我意识的飞速发展，在向成年期过渡，这个时期的青少年极力想摆脱家长的控制和管理，所以家庭的权威性也逐渐在青少年心中削弱，故可能来自家庭的支持有可能会被其理解为负担。

4.2.2 高中生领悟社会支持在人口学变量上的差异

在家庭居住地上，高中生的领悟社会支持在总体水平和家庭支持上差异显著，且为居住地为城镇高于农村的，在其他因子上均无显著差异。这可能在于不同的成长环境对城乡孩子有不同的期许，生活在城市的孩子，较多为独生子女，家庭的关注与投入更多；而且父母教育理念的不同也会造成这种差异，城镇的父母更加开放的表达对孩子的赞美与支持，而生活在农村的学生父母的关注会分散在各个孩子身上，以及对孩子的支持表达更加的含蓄。领悟社会支持在朋友支持和其他人支持上，不存在显著差异，说明因为无论是来自城镇还是农村的高中生与朋友的相处时间远远高于家庭，都能感受到朋友的支持。

在年级上，高中生的领悟社会支持在总体水平和各维度上均差异显著，在总体水平、家庭支持和其他人支持，高一得分显著低于高二、高三；在朋友支持上高一显著低于高二。这可能是因为：高一学生刚进入校园，还没有与周围的同学与伙伴形成深厚的友谊，这个时期他更容易依赖于来自于家庭的支持，高二高三

的学生已经与周围同学建立了友谊，并且此时期与朋友的相处时间是多于家庭的，所以高年级更多地领悟到来自朋友支持，而低年级领悟到更多家庭支持。

4.3 高中生心理资本的特征分析

4.3.1 高中生心理资本的总体特征

本研究结果表明，受测高中生心理资本总分及各个维度得分均高于平均水平，说明高中生心理资本水平处于中等偏上水平，心理资本的总体状况良好，这与黄希庭（2000）研究结果一致。分析其原因可能是，第一，虽然高中生的心理发展仍处于不成熟向成熟过渡的时期，但是该时期的学生思维水平以及自我认知水平都趋于较高的水平，他们思维活跃，对未来充满了好奇与斗志，而且即使面对挫折也能信心满满相信自己能够战胜困难，以及这个时期的青少年在经历挫折和问题后也能很快的恢复；第二，我国心理健康教育已经愈加完善，使高中生在接受良好的素质教育时，同时也开始注重发掘和培养其积极乐观的心理品质。

4.3.2 高中生心理资本在人口学变量上的差异

在性别，高中生的心理资本在希望维度上，差异显著，且男生得分高于女生。分析其原因，可能是因为男性的思维更偏成熟理性以及社会对男性有更高的社会期许，在面对挫折时，意志力较女生更强。

在家庭居住地上，高中生的心理资本在总体水平和乐观、韧性、自我效能上，差异显著，且为居住地为城镇高于农村的；在希望上无显著差异。究其原因，可能是因为客观条件的限制，居住在城镇的高中生的社会与教育资源相较于农村的更好，教育理念也更加先进，父母及学校更注重对人的心理优势的开发和管理。

在年级上，高中生的心理资本在总体水平和各维度上均差异显著，且均为高一得分显著低于高二、高三。这可能是因为，其一，高中生的心理发展处于一个极速发展阶段，随着年龄的增长，心理发展和心理状态趋于成熟和稳定，积极的心理资本也得以提高；其二，高年级的学生已经适应了高中的生活，对自己认识更加客观，遇到挫折压力更容易表现出积极的心理状态，能对成功和失败进行正确的归因，以及当其面对困难能采取合理有效的应对策略。

4.4 高中生应对方式和领悟社会支持、心理资本的关系分析

本研究经过 Pearson 相关分析结果，表明领悟社会支持及各维度与应对方式各维度均呈显著相关，领悟社会支持与解决问题和求助等成熟性应对方式存在显著的正相关，与自责、幻想和退避等不成熟应对方式及合理化混合型应对方式存

在显著的负相关，这与杨亚琦、王力在等人（2020）研究结果一致，领悟社会支持和积极应对存在显著正相关^[41]。进一步进行回归分析，领悟社会支持对应对方式各因子的回归效果达到了极其显著水平，即，高中生的领悟社会支持对应对方式有及其显著的预测能力，可以正向预测个体的成熟的应对方式，负向预测个体的不成熟应对方式。也就是说个体对社会支持的感受与领悟能力越高，则应对困难时更倾向于采取问题解决和求助成熟的应对方式；个体社会支持得分越低，则更倾向于采取自责和退避等消极不成熟的应对方式，这与林晓珊和崔洪波（2020）研究结果一致，领悟社会支持对积极应对有显著的正向影响，领悟社会支持对消极应对有显著的负向影响^[55]。

分析其原因，社会支持作为个体面对挫折时一个有效的资源，当高中生在面对压力时，如果能感受到来自家庭朋友以及其他人的支持，使其成为挑战困难的“利刃”和承担压力的“后盾”，这会促使高中生更加容易采取积极的成熟的应对方式来解决问题；否则，当个体在面对挫折时，无法感受到可依靠的支持时，他们会陷入一个孤立无援的心理状态，导致其无法客观的看待困难，则会采取消极的方式来解决问题，而消极的应对方式又会负向预测心理健康水平，引发个体的产生一系列的心理疾病和问题。

本研究还发现，除乐观和幻想不存在显著相关外，心理资本及其他维度与应对方式其他维度均存在显著相关，心理资本及各维度与解决问题和求助等成熟性应对方式存在显著正相关，与其他不成熟应对方式及合理化混合型应对方式存在显著负相关。进一步进行回归分析，心理资本对应对方式各因子的回归效果均达到了极其显著水平，即，心理资本对应对方式有及其显著的预测能力，其中，对问题解决和求助有显著的正向预测，对自责、幻想、退避和合理化有显著的负向预测。这与彭咏梅和杨小兵（2017）等人研究结果究结果基本一致^[47]。也就是说个体的心理资本水平越高，则更倾向于采取问题解决和求助等成熟的应对方式；个体的心理资本水平越低，则更容易采取自责和退避等消极不成熟的应对方式。这也就说明，具备积极的心理状态的高中生，他们在看待面对压力，能树立信心和克服困难的决心和意志力，以及能有良好的心理复原能力，在失败中也能快速恢复过来，则更容易采取积极和成熟的应对方式来解决问题。

心理资本及其各维度和领悟社会支持及其各维度均存在显著正相关。感受和领悟到的社会支持越多，其心理资本水平也就越高，同理，心理资本水平更高的

个人，更容易感受到来自亲属、朋友及其他人的社会支持。这与郭薇（2014）等人的研究结果相似^[47]。

通过中介效应检验发现，领悟社会支持不仅直接影响应对方式，而且通过心理资本间接影响应对方式。因此我们可以推断，高中生日常生活中感知到的社会支持资源越多，也会对心理资本水平的提升有影响，进而促使个体采取积极成熟的应对方式。当高中生感受到来自家庭、朋友以及其他人的社会支持越多，他们会更加有自信心和安全感，应对困难也能更加自如。这就要求家长和学校更加关注高中生的课业压力和人际压力，在日常生活中多鼓励与支持他们，当察觉到其无法面对困境时，要帮助其对成功和失败做正确归因，引导高中生使用积极的措施和方式来处理和解决问题。

第五章 结论与展望

5.1 结论

(1) 在应对方式方面，高中生较多采用解决问题、求助等成熟的应对方式。在人口学变量上，男生在合理化维度上得分显著高于女生；独生子女在自责维度上得分显著高于非独生子女；高年级在解决问题、求助等得分显著高于低年级。

(2) 在领悟社会支持方面，高中生的领悟社会支持处于中等偏上水平。在人口学变量上，居住地为城镇的高中生在领悟社会支持总分和家庭支持显著高于农村高中生；高一在领悟社会支持总体水平、家庭支持和其他人支持上得分显著低于高二、高三，在朋友支持上高一显著低于高二。

(3) 在心理资本方面，高中生的心理资本处于中等偏上水平。在人口学变量上，在希望维度上，男生得分显著高于女生；居住地为城镇的高中生在心理资本在总体水平和乐观、韧性、自我效能上得分都显著高于农村的高中生；高一在心理资本在总体水平和各维度得分显著低于高二、高三。

(4) 领悟社会支持、心理资本和应对方式之间有密切关系。领悟社会支持与心理资本可以正向预测解决问题、求助等成熟的应对方式；负向预测退避、幻想、自责等不成熟的应对方式。

(5) 心理资本在领悟社会支持与应对方式之间起着部分中介作用。

5.2 建议

由研究可知，领悟社会支持和心理资本对应对方式有显著的预测作用。当个体面对挫折与压力，应对方式是衡量心理健康的一个重要方面，我们有必要对高中生面对挫折采取积极的应对方式，提出合理有效的建议：

首先，从领悟社会支持层面，要为高中生创造一个良好积极的家庭氛围和校园氛围。家长在日常的教育中不仅要给予物质支持，也要给予情感支持，多关注、多陪伴、多沟通；教师在日常的教学活动中，不能只注重课业成绩，而忽视学生的品格的培养，挖掘学生各方面的优秀品质并给予其及时的支持和鼓励，让学生能体会到来自家庭朋友以及学校的关怀与支持，使其遭遇困难时能合理地利用身边的社会支持资源，及时向周围人反馈与求助，而不是采用自责、退避等方式处理问题。

其次，从心理资本方面，要注重培养学生积极的心理品质。帮助高中生在学

习和生活中增强自信心,提高自我效能感,培养其克服困难的意志力以及乐观积极的心态和心理韧性,使其在困难中能更好的复原。这就要求家长和学校更加关注学生的积极心理品质,多夸赞孩子的优点,挖掘他们的优势,例,告诉学生“你在某些方面真的很棒”而不是“你在某些方面不如别人”。

最后,从应对方式角度,应关注高中生的心理健康问题。在素质教育的同时,要关注其心理健康发展,学校应采用多种教学模式开展心理健康教育,例,开展主题班会、团体辅导、讲座,对高中生易见的心理问题进行授课,在心理健康教育课堂中开设有关“压力”的主题课程。家长也要与孩子形成良好的亲子关系,多关注高中生的心理健康问题,在日常生活中要做孩子的“亲密无间的朋友”,而不是“高高在上的家长”,学会聆听并给予建议,而非命令和指示,当高中生遇到困难时,引导其使用解决问题、求助等积极和成熟的应对方式。

5.3 不足和展望

从研究对象来看,研究被试的选取全部来自于同一个城市,这可能会导致结论的外部效度不高,结论的推广性有待进一步研究,今后应扩大研究领域。

从研究方法来说,研究所采用的所有问卷都是自陈式量表,受测者在答题过程中容易受到社会赞许的影响,以及选取同一类测试方法也容易受到共同方法偏差的影响;其次本研究多个问卷题目较多,可能引起受测者的疲劳效应,今后可采取不同的研究方法,例如追踪研究。

在理论知识方面,关于高中生领悟社会支持、心理资本和应对方式三者关系的文献仍较少,导致借鉴的文献资料有限,所以在今后的研究中要扩大国内外相关领域文献的阅读。

参考文献

- [1] Lazarus, R.S. and Folkman, S. Stress, Appraisal, and Coping. New York:Springer. 1984.
- [2] 黄希庭, 余华, 郑涌, 等. 中学生应对方式的初步研究. 心理科学, 2000, 01, 1-5.
- [3] Compas, B.E. Coping with Stress During Childhood and Adolescence: Problems, Progressand, and Potential in Theory and Research. Psychological Bulletin, 2001, 01, 87-127.
- [4] 肖计划, 许秀峰, 李晶. 青少年学生的应付方式与精神健康水平的相关研究. 中国临床心理学杂志, 1996, 01, 53-55.
- [5] Taylorse, stantonal. Coping resources, Coping Processes, and Mental Health. Annual Review of clinial Psychology, 2007, 01, 377-401.
- [6] Folkman S,Lazarus R S. Coping as a mediator of emotion. Journal of Personality, 1988.
- [7] 解亚宁.简易应对方式量表信度和效度的初步研究.中国临床心理学杂志. 1998, 02, 53-54.
- [8] 姜乾金等. 心理应激: 应对的分类与心身健康, 中国心理卫生杂志, 1993, 04, 178-180.
- [9] 肖计划, 许秀峰. “应付方式问卷”效度与信度研究. 中国心理卫生杂志, 1996, 4, 164-168.
- [10] 陈树林等. 中学生应对方式量表的初步编制, 中国临床心理学杂志, 2000, 04, 22-25+48.
- [11] 张林, 车文博, 黎兵. 大学生心理压力应对方式特点的研究. 心理科学, 2005, 01, 36-41.
- [12] 刘亚玲. 师范类大学生大五人格、应对方式与主观幸福感的关系研究. 陕西理工大学, 2018.
- [13] 田瑞琪, 唐小娟. 研究生与本科生应对方式与大五人格关系. 中国健康心理学杂志, 2014, 01, 123-125.
- [14] 孙涛. 高中生压力源和应对方式关系研究. 内蒙古师范大学, 2013.

- [15] Lakey B, McCabe, KI, Fisicaro.S., Drew, J. Environ-mental and personal determinants of social support gener-alizability studies. *Journal of Personality and SocialPsychology*, 1996, 70, 1270-1280.
- [16] Wu T, Serper M R. Socialsupport and psychopathologyin homeless patients presentation for emergency psychiatrictreatment. *Journal of Clinical Psychology*, 1999, 55, 1127-1133.
- [17] Dunkel-Schetter C, Bennett T L. Differentiating the cognitive and behavioral aspects of social support. *Social support: an interactional view*, New York: Wiley , 1990, 267.
- [18] Samson B R, Pierce G R, Shearin E N, et al. Perceived social support and working models of self and actual others. *Journal of. Personality and Social Psychology*, 1991, 02, 273.
- [19] 肖水源. 社会支持量表的理论基础与研究应用. *临床精神医学杂志*, 1994, 02, 98-100.
- [20] 姜乾金, 黄丽, 卢抗生, 等. 心理应激: 应对的分类与心身健康. *中国心理卫生杂志*, 1993, 04, 145-147+190.
- [21] 叶俊杰. 领悟社会支持、实际社会支持与大学生抑郁. *心理科学*, 2006, 05, 1141-1143.
- [22] 张苹, 陈莉军, 尹永田, 等. 济南市某高校在校医学本科生心理资本、领悟社会支持和主观幸福感的关系. *职业与健康*, 2020, 03, 387-391.
- [23] 牛玉柏, 郝泽生, 王任振, 等. 老年人乐观、领悟社会支持与主观幸福感的关系——控制策略的中介作用. *心理发展与教育*, 2019, 02, 227-235.
- [24] 张志涛, 王敬群, 刘芬. 大学生父母教养方式、领悟社会支持、孤独感与主观幸福感的关系. *中国健康心理学杂志*, 2012, 07, 1080-1083.
- [25] 张馨方. 大学生外表拒绝敏感性对社交回避的影响: 领悟社会支持的中介作用. 吉林大学, 2019.
- [26] 孟海英, 王艳芝, 冯超. 大学生心理安全感相关因素分析. *中国组织工程研究与临床康复*, 2007, 39, 7880-7883.
- [27] Luthans F, Luthans K W, Luthans B C. Positive psychological capital: Beyond human and social capital. *Business Horizons*, 2004, 47, 45-50.

- [28] Luthans F, Avolio B, Avey J, et al. Psychological capital: measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 2007, 03, 541-573.
- [29] 张阔, 张赛, 董颖红. 积极心理资本: 测量及其与心理健康的关系. *心理与行为研究*. 2010, 01, 58-64.
- [30] 潘清泉, 周宗奎. 贫困大学生心理资本、应对方式与心理健康的关系. *中国健康心理学杂志*, 2009, 07, 844-846.
- [31] 熊俊梅, 海曼, 黄飞, 等. 家庭累积风险与青少年心理健康的关系——心理资本的补偿效应和调节效应. *心理发展与教育*, 2020, 01, 94-102.
- [32] 王宝堂, 张善红, 杨宪华. 大学生抑郁症状的舒缓效应实证分析——基于心理资本与应对方式的视角. *兰州大学学报(医学版)*, 2019, 04, 78-83.
- [33] 吴旻烨, 扈德明, 孙月, 等. 初中学生一般自我效能感及与心理健康的相关性研究. *中国科教创新导刊*, 2009, 15, 218-219.
- [34] 徐强. 大学生希望感与心理健康的关系. *中国健康心理学杂志*, 2010, 02, 178-181.
- [35] 陈海贤, 陈洁. 贫困大学生希望特质、应对方式与情绪的结构方程模型研究. *中国临床心理学杂志*, 2008, 04, 392-394.
- [36] 杨彩霞. 大学生复原力与压力事件、心理健康的关系研究. *河北师范大学硕士学位论文*, 2008.
- [37] 谢巧玲, 王秀希, 王博, 等. 大学生复原力与心理健康现状及其关系的调查研究. *邯郸学院学报*, 2009, 04, 126-128.
- [38] 付立菲, 张阔. 大学生积极心理资本与学习倦怠状况的关系. *中国健康心理学杂志*, 2010, 11, 1356-1359.
- [39] 李林英, 肖雯. 大学生心理资本的调查研究. *北京理工大学学报(社会科学版)*, 2011, 01, 148-152.
- [40] 张虹, 陈树林, 郑全全. 高中学生心理应激及其中介变量的研究. *心理科学*, 1999, 06, 508-511+574.
- [41] 杨亚琦, 王力. 男性服刑人员领悟社会支持与应对方式的关系——核心自我评价和心理韧性的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 1-11.
- [42] 郭小利, 尹华英. 积极应对方式在儿科护士社会支持与心理健康关系中的

- 中介作用. 解放军护理杂志, 2020, 03, 50-53.
- [43] 林晓珊, 崔洪波. 自我肯定与高职学生生命质量: 领悟社会支持和应对方式的中介作用. 教育教学论坛, 2020, 11, 332-333.
- [44] 魏德坤. 社会支持与应对方式对医护人员心理资本的影响. 区域治理, 2019, 46, 239-241.
- [45] 曾菁惠. 高校辅导员积极心理资本与应对方式相关性实证研究. 科技视界, 2019, 24, 159-160.
- [46] 祝月苹, 季邦菊, 周菊珍. 护士心理资本、应对方式和工作绩效的影响因素及相关性研究. 护士进修杂志, 2019, 15, 1382-1385+1414.
- [47] 彭咏梅, 杨小兵, 刘红云, 凌瑞. 医专生父母教养方式与应对方式: 心理资本的中介作用. 中国临床心理学杂志, 2017, 06, 1171-1174.
- [48] 郭薇, 刘连龙. 心理资本、社会支持对老年人主观幸福感的影响. 中国健康心理学杂志, 2014, 07, 1054-1056.
- [49] 张文龙. 心理资本在高职新生领悟社会支持与生涯适应力间的中介作用. 宁波大学学报(教育科学版), 2020, 02, 127-132.
- [50] 周哲. 高考复读生心理资本、社会支持与应对方式的关系研究. 广西师范大学, 2015.
- [51] 王瑶, 李瑞峰. 军人社会支持、应对方式和自我效能感与总体幸福感的关系. 心理研究, 2008, 03, 54-57.
- [52] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法. 理科学进展, 2004, 06, 942-950.
- [53] 王智. 高中生应对方式的初步研究. 中国健康心理学杂志, 2005, 01, 59-60.
- [54] 兰玉萍, 张静芬. 中学生应付方式的调查研究. 社会心理研究, 2003, 02, 9.
- [55] 林晓珊, 崔洪波. 自我肯定与高职学生生命质量: 社会支持和应对方式的中介作用. 教育教学论坛, 2020, 11, 332-333.

附 录

领悟社会支持问卷

题目	非常 不符 合	不 符 合	比较 不符 合	不确 定	比较 符合	符 合	非常 符合
1. 在我遇到问题时有些人（老师、亲戚、同学）会出现在我的身旁							
2. 我能够与有些人（老师、亲戚、同学）共享快乐与忧伤							
.....							

心理资本问卷

题目	非常 不符 合	不 符 合	比较 不符 合	不确 定	比较 符合	符 合	非常 符合
1. 很多人欣赏我的才干。							
2. 我不爱生气							
.....							

应对方式问卷

题目	是	否	有效	比较 有效	无效
1. 能理智地应付困境					
2. 善于从失败中吸取经验					
.....					

致 谢

时光荏苒，一转眼研究生生涯就结束了。经过三年在山西大学的学习和科研工作，不仅使我的理论知识更上一层楼，而且使得我在科研和实践能力也得到提升。在此，我要向这三年来在山西大学认识的所有的老师和同学表达深深的感谢！

首先，感谢山西大学三年来对我的辛苦培育，为我提供了一个良好的学习环境以及平台，是我学习上和生活上的坚实后盾。

其次，感谢我的指导老师杨继平老师，杨老师从毕业设计选题到设计完成，都给予了我科学的建议，并给了我耐心的指导。杨老师对学术有严谨的追求，工作中精益求精，正是有了杨老师耐心指导我才在此次论文设计中发现問題及时完成本次论文。感谢杨老师给予了我这样一个学习机会，谢谢！

最后，我还要感谢我的同学、朋友和家人，感谢我的同学在三年的学习生涯中给与我的陪伴和支持，感谢我的家人在我生活中遇到困难的时候，在背后不断给我加油和打气。谢谢你们！

个人简况及联系方式

个人简况：

姓名：张悦

性别：女

籍贯：山西省运城市

个人简历：2017.9-2020.6 山西大学教育科学学院 心理健康教育

承诺书

本人郑重声明：所呈交的学位论文，是在导师指导下独立完成的，学位论文的知识产权属于山西大学。如果今后以其他单位名义发表与在读期间学位论文相关的内容，将承担法律责任。除文中已经注明引用的文献资料外，本学位论文不包括任何其他个人或集体已经发表或撰写过的成果。

作者签名：张悦

2020年5月31日

学位论文使用授权声明

本人完全了解山西大学有关保留、使用学位论文的规定，即：学校有权保留并向国家有关机关或机构送交论文的复印件和电子文档，允许论文被查阅和借阅，可以采用影印、缩印或扫描等手段保存、汇编学位论文。同意山西大学可以用不同方式在不同媒体上发表、传播论文的全部或部分内容。

保密的学位论文在解密后遵守此协议。

作者签名：张悦

导师签名：杨建平

2020 年 5 月 31 日