

大一寝室长与非寝室长寝室关系、自我认知及家庭关系的对比研究

晏 心 江 慧

文华学院，武汉

摘 要 | 为发现寝室长的优势与不足，本研究以寝室关系、自我认知及家庭关系为调查主题，对文华学院2021级的641名寝室长和687名非寝室长进行数据分析，结果显示：在寝室关系方面两组不呈现显著差异；在自我认知方面，寝室长一般自我效能感得分高于非寝室长，且自我评价得分高于非寝室长；在家庭亲密度和适应性方面寝室长得分均显著高于非寝室长。本研究为进一步开展寝室心理健康教育提供了建议和指导。

关键词 | 寝室长；自我认知；家庭关系

Copyright © 2022 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

寝室是大学生日常生活、学习的基本场所，也是开展心理健康教育工作的“沃土”^[1]。当前寝室心理研究主要围绕寝室人际关系的影响因素^[2-4]和寝室不良关系的调适^[5, 6]，而忽略了寝室长在寝室关系中起到重要的调节作用。可是，目前

基金项目：文华学院本科教学质量和教学改革工程项目“朋辈心理辅导课程开发研究”（2021jcjy09）；湖北省高校学生工作精品项目“班级心理委员潜能开发的探索与实践”（2020XGJXPX2005）。

通讯作者：江慧（1984-），湖北红安人，文华学院，讲师，研究方向：大学生心理健康教育。

文章引用：晏心，江慧. 大一寝室长与非寝室长寝室关系、自我认知及家庭关系的对比研究[J]. 心理咨询理论与实践, 2022, 4(8): 437-443.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0408049>

国内尚无寝室长和非寝室长的直接对比研究。为填补这一研究空白，本研究旨在对比大一寝室长同非寝室长在寝室关系、自我认知、家庭关系与适应性方面的差异，发现寝室长的优势与不足，为进一步开展寝室心理健康教育工作提供指导。

2 对象与方法

2.1 对象

本研究以普通高校文华学院大一年级（2021 级）学生为调查对象，使用问卷星完成在线调查，共回收来自寝室长的问卷 667 份，剔除无效问卷 26 份，最终得到有效问卷 641 份，回收来自非寝室长的问卷 712 份，剔除无效问卷 25 份，最终得到有效问卷 687 份。调查样本基本信息如表 1 所示。

表 1 研究对象样本信息（n=1328）

Table 1 Information of survey subjects (n=1328)

变量	分类	寝室长人数	百分比	非寝室长人数	百分比
性别	男	275	42.9%	227	33.0%
	女	366	57.1%	460	67.0%
专业类别	文科	309	48.2%	408	59.4%
	理科	125	19.5%	115	16.7%
	工科	146	22.8%	110	16.0%
	艺术	61	9.5%	54	7.9%
	大城市	89	13.9%	99	14.4%
生源地	地级市 / 县	320	49.9%	338	49.2%
	乡镇 / 农村	232	36.2%	250	36.4%
是否独生子女	独生子女	231	36%	289	42.1%
	非独生子女	410	64%	398	57.9%

2.2 测量工具

2.2.1 寝室关系满意度评价问卷

本研究采用杨荣（2005）对寝室关系满意度的评价问卷，通过自评对寝室人际关系情况的情感体验，评价自身对所处寝室人际关系的满意程度^[7]。评价采用 7 点评分，1 分为最不满意，7 分为最满意。

2.2.2 寝室关系人际状况问卷

本研究采用杨荣（2005）改编的《宿舍人际关系诊断量表》^[7]，该量表根据郑日昌等编制的《同学人际关系行为困扰的诊断量表》改编而来，共28道题目，包含4个维度，分别是交谈、交际与交友、待人接物和室友支持。量表的分半信度达到0.97。

2.2.3 一般自我效能感问卷

一般自我效能感是个体应对各种不同环境的挑战或面对新事物时的一种总体性的自信心。本研究选用张建新和施瓦泽（Schwarzer）（1995）修订的中文版《一般自我效能感问卷》（general self-efficacy scale, GSES）进行测评。该问卷共10道题目，问卷的Cronbach's α 信度系数为0.88。

2.2.4 个人评价问卷

个人评价代表对自己有效应付各种环境的能力的主观评价。本研究选用季益富和于欣（1999）修订的个人评价问卷进行测评^[8]。该问卷共54道题目。量表Cronbach's α 信度系数在男性和女性分别为0.67 ~ 0.86, 0.74 ~ 0.89，具备较好的信度。

2.2.5 家庭亲密度问卷

本研究采用费立鹏等修订的《家庭亲密度和适应性量表（中文版）》测评大学生家庭关系亲密度和适应性情况^[9]。量表共30题，分别包括亲密度和适应性两个分量表。采用5点评分，得分越高，表明家庭亲密度或家庭适应性程度越高，两个分量表Cronbach's α 信度系数分别为0.88和0.91。

2.3 统计学方法

本研究采用SPSS26进行描述统计和 t 检验，以 $p < 0.05$ 为差异为最低的差异显著标准。

3 结果

3.1 总体结果

对各量表总分进行描述统计，得到的结果如表2所示。可以看到参加本次

调查的学生在寝室关系满意度得分偏低，在其余指标上得分良好。

表 2 寝室长和非寝室长在寝室关系满意度、寝室人际关系状况、一般自我效能感、个人评价、家庭亲密度与适应性问卷的平均数和标准差

Table 2 Mean and standard deviation of self-differentiation of dorm leaders and non-dorm leaders on dorm relationship satisfactory, dorm interpersonal relationship status evaluation, general self-efficacy, personal evaluation, family intimacy and adaptability questionnaires

项目	寝室长平均值	寝室长标准差	非寝室长平均值	非寝室长标准差
寝室关系满意度评分	5.52	1.57	5.47	1.49
寝室人际关系状况总分	10.26	4.05	10.57	3.84
一般自我效能感总分	3.64	0.642	3.54	0.68
个人评价总分	260.26	29.34	252.84	30.66
家庭亲密度得分	68.97	10.028	67.51	10.37
家庭适应性得分	49.90	9.18	48.40	10.09

3.2 寝室长——非寝室长组间比较结果

3.2.1 寝室关系满意度、寝室人际关系状况组间比较结果

进一步使用 *t* 检验分析寝室长和非寝室长在寝室关系满意度评分和寝室人际关系状况上的得分情况，结果如表 3 所示。在寝室关系满意度自评得分和寝室人际关系状况总分上，寝室长和非寝室长未呈现显著差异。

表 3 寝室长与非寝室长住的寝室关系满意度、寝室人际关系状况的 *t* 检验

Table 3 T-test between the dormitory leaders and the non-dorm leaders on dorm relationship satisfactory and dorm interpersonal relationship status evaluation

项目	寝室长平均值	非寝室长平均值	<i>t</i>	<i>p</i>
寝室关系满意度评分	5.52	5.47	0.549	0.583
寝室人际关系状况总分	10.27	10.57	-1.403	0.161

3.2.2 一般自我效能感、个人评价、家庭亲密度与适应性问卷组间比较结果

进一步使用 *t* 检验分析寝室长和非寝室长在一般自我效能感、个人评价、家

庭亲密度与适应性问卷的得分情况，结果如表 4 所示。在一般自我效能感和个人评价方面，寝室长得分显著高于非寝室长。在家庭亲密度和适应性方面，寝室长得分均显著高于非寝室长。

表 4 寝室长与非寝室长在一般自我效能感、个人评价、家庭亲密度与适应性问卷的
t 检验

Table 4 T-test between dorm leaders and non-dorm leaders on general self-efficacy, personal evaluation, family intimacy and adaptability questionnaires

项目	寝室长平均值	非寝室长平均值	<i>t</i>	<i>p</i>
一般自我效能感总分	3.64	3.54	2.83	0.005**
个人评价总分	260.26	252.84	4.50	0.000***
家庭亲密度得分	68.97	67.51	2.60	0.009**
家庭适应性得分	49.90	48.40	2.84	0.005**

4 讨论

以寝室关系、自我认知及家庭关系为调查主题，对文华学院 2021 级的 641 名寝室长和 687 名非寝室长进行对比分析，本研究发现。

（1）寝室长寝室人际关系满意度方面，对比杨荣（2015）研究对大一、大二年级学生施测的结果^[7]，寝室长与非寝室长在寝室关系满意度评分值均偏低，且寝室长和非寝室长未显现显著差异。寝室人际关系状况量表结果与杨荣的结果持平，且寝室长和非寝室长未显现显著差异^[7]。这可能和大一学生寝室关系尚在建立，学生尚在适应过程中有关。本研究中，两项寝室关系评定均采用自评法，具有一定的主观性，未来可考虑采用同寝室内互评的方式收集更客观、全面的数据。

（2）在自我意识方面，寝室长一般自我效能感得分显著高于非寝室长，自我评价显著高于非寝室长，表明寝室长具有较高的自我认知，更加自信，且对自己有效应对各种环境的能力的预期更高。有可能担任寝室长让他们有更多机会独立思考，促进了自我认知的成熟；不过也可能是由于寝室长们具备更成熟的自我意识，让他们更倾向于选择担任寝室长这一职位。

(3) 在家庭亲密度和适应性方面, 寝室长得分均显著高于非寝室长, 说明较多寝室长来自亲密度更强的家庭, 普遍更容易适应新环境。这也有利于他们尽快参与寝室管理工作中去, 构建良好的寝室凝聚力, 作为寝室心理联络员贡献自己的力量。

5 结论

综合以上结果, 本研究通过比较寝室长和非寝室长在寝室关系、自我意识和家庭关系方面的现状, 初步发现寝室长和非寝室长在自我意识、家庭亲密度和适应性方面存在差异。在未来的寝室心理健康教育活动中, 应突显寝室长的寝室心理联络人、心理观察员、心理关怀员和心理宣传员的作用, 让心理健康教育在寝室层面生根发芽。

参考文献

- [1] 宋旭征, 郝秀娟, 高凯珩. 浅谈高校寝室文化对大学生成长的影响[J]. 科教导刊(上旬刊), 2014.
- [2] 肖建伟. 大学生人格、宿舍人际关系和心理健康的关系研究[D]. 石家庄: 河北师范大学.
- [3] 王甫勤. 大学生寝室人际关系影响因素的实证研究[J]. 大学教育科学, 2008(1): 6.
- [4] 张瑜, 李宏翰. 大学生宿舍人际相处主观影响因素分析[J]. 中国学校卫生, 2012, 33(10): 1250-1252.
- [5] 刘丽明, 陈小林. 大学生宿舍人际关系调适的自觉性研究[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2019(8): 3.
- [6] 高敏. 新时代大学生宿舍人际交往及调适之探索[J]. 教书育人: 高教论坛, 2019(12): 2.
- [7] 杨荣. 师专生宿舍人际关系现状及干预研究[D]. 上海: 上海师范大学, 2005.
- [8] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册[J]. 中国心理卫生杂志

志（增订版），1999：318–320.

- [9] 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[J]. 中国心理卫生杂志，1991，5：198–202.

Comparative Study of Freshman Dorm Leaders and Freshman Non-dorm Leaders on Dorm Relationship, Self-awareness and Family Relationship

Yan Xin Jiang Hui

Wenhua College, Wuhan

Abstract: In order to discover the advantages and disadvantages of dormitory leaders, this study used dormitory relationships, self-awareness and family relationship to analyze 641 dorm leaders and 687 non-dorm leaders in The 2021 class of Wenhua College. Results showed no significant difference between two groups on dormitory relationships questionnaire; In terms of self-awareness, dorm leaders generally had higher self-efficacy scores and higher personal evaluation scores than non-dorm leaders; In terms of family intimacy and adaptability, dorm leaders showed significant higher scores than that of non-dorm leaders. This study provides guidance for further psychological education work in dormitories.

Key words: Dorm leader; Self-awareness; Family relationship