

少数民族大学生心理韧性 对生活满意度的影响：民族认同的中介作用

肖 阳 雷天阳 代玮迪

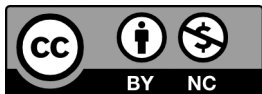
西南民族大学教育学与心理学学院，成都

摘 要 | 目的：了解少数民族大学生心理韧性和生活满意度的现状，并探讨民族认同、心理韧性和生活满意度的关系，为促进少数民族大学生心理健康发展提供参考。方法：采用青少年心理韧性量表、生活满意度量表、少数民族民族认同问卷等工具，对少数民族大学生心理韧性、生活满意度和民族认同及各维度之间的关系进行分析，并建立结构方程模型，检验民族认同在心理韧性和生活满意度之间的中介作用。结果：心理韧性对生活满意度具有影响作用；心理韧性与生活满意度的关系可通过民族认同的中介作用进行。结论：这一研究提示，心理韧性可通过民族认同间接影响生活满意度，研究结果对大学生的幸福感提升工作提供理论支持。

关键词 | 少数民族大学生；心理韧性；生活满意度；民族认同

Copyright © 2024 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

习近平总书记在二十大报告中指出：“以铸牢中华民族共同体意识为主线，坚定不移走中国特色解决民族问题的正确道路，坚持和完善民族区域自治制度，加强和改进党的民族工作，全面推进民族团结进步事业”。在国家高度重视民族工作的背景下，民族认同的重要性对于铸牢中华民族共同体意识来说就显得尤为重要。有学者认为对于多民族国家而言，民族认同应该是一种广义的认同，它还应该包括个体对自己所属国家的认同，这是民族认同的层次问题^[1]。习近平总书记说：“广大青年要肩负历史使命，坚定前进信心，立大志、明大德、成大才、担大任，努力成为堪当民族复兴重任的时代新人，让青春在为祖国、为民族、为人民、为人类的不懈奋斗中绽放绚丽之花。”可见青年一代的成长在国家的发展过程中有着重要的地位。在青年队伍当中，少数民族大学生群体是不可忽视的一部分，我们需要重视少数

基金项目：西南民族大学中央高校基本科研业务费专项资金资助（编号：2022SYJSCX18）。

通讯作者：肖阳，西南民族大学教育学与心理学学院，研究方向：心理咨询。

文章引用：肖阳，雷天阳，代玮迪. 少数民族大学生心理韧性对生活满意度的影响：民族认同的中介作用 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (2): 170-179.

<https://doi.org/10.35534/pc.0602019>

民族大学生群体的生活和心理现状，关心他们的成长成才，更好地让各民族像石榴籽一样紧紧地抱在一起。基于此，本研究的目的就是了解少数民族大学生心理韧性和生活满意度的现状，并探讨民族认同、心理韧性和生活满意度的关系，为促进少数民族大学生心理健康发展提供参考。

心理韧性也叫心理弹性，目前国内外还没有统一的、标准的定义，国内外不同的学者对其进行过不同的解释。如，朱塞佩（Juseph）认为心理韧性是个体对生活中发生的变化、需要逆境进行调整和适应的能力^[2]；马克斯特伦（Markstrom）认为心理韧性是一种有适应能力对抗压力的个人特质，纵使面对不幸的生活经验，个体也能够克服并且得到成长^[3]。国内学者胡月琴等人对心理韧性的定义为个人面对生活逆境、创伤、悲剧、威胁或其他生活重大压力时的良好适应，它意味着面对生活压力和挫折的“反弹能力”^[4]。综合来看，心理韧性指的就是个体经历过负性事件后能够重新恢复到正常水平的能力。

民族认同的理论最早来源于塔吉费尔（Tajfel）和特纳（Turner）^[5]提出的社会认同理论，研究者认为民族认同是自我概念的一部分，源于他或她对某一（些）社会群体成员身份的了解，以及对该群体和该身份的价值和情感意义的知识。随着自我概念在青春期逐渐发展，民族身份的重要性逐渐显现。菲尼（Phinney）等人^[6]认为，民族认同是一个多维度的概念，表现为一个人对自己民族的归属感和依恋程度。民族认同是一个随时间推移而发生的过程，民族身份探索在青少年时期尤其重要，个人需要探索自己的民族以及对他们的意义，并且接受和内化了自己的民族之后，才能获得民族认同感^[7]。以上两种概念都强调了民族认同在青少年时期的身份属性以及重要性。过去的许多研究已经证实，民族认同是少数民族大学生发展的一个重要方面，并与许多积极心理结果相关。例如，一项关于少数民族大学生的纵向研究发现，大量学生的民族认同在整个发育时期都有所增加，并且与积极的亲子关系相关^[8]。但同时，也有一部分研究报告了民族认同与消极行为结果相关或得到不确定的结果^[9, 10]。这可能是由于文化背景与被试群体的不同所造成的。

生活满意度是个体对自我生活状况的总体性认知和评价^[11]。心理发展理论^[12]认为自我认同和谐一致、稳定良好时，对于心理健康有正向的预测作用。有研究表明具有成熟身份认知的大学生群体通常表现出高度的适应能力和积极的人格特征^[13-15]。当个体拥有较高的民族认同感时，表现出的积极的品质会促进更高水平的生活满意度^[16]。同时，有相关研究证实了民族认同和生活满意度有相关关系，提高民族认同感可以增强生活满意度^[17-21]。在对亚洲群体的研究中发现，民族认同与生活满意度有关，尤其当被试群体是中国人时。一项以仡佬族青少年群体的研究发现，较高的民族认同还能使个体获得归属感和社会支持感，当遇到困难时，还能使个体获得力量感、胜任感，能够促进个体更好地适应社会，进而获得较高的生活满意度^[17]。

综上，本研究拟考察少数民族大学生心理韧性与生活满意度的关系，以及民族认同在其中的中介作用，本研究提出如下假设。

假设 H1：心理韧性对生活满意度具有显著的影响作用。假设 H2：心理韧性通过促进民族认同，显著影响生活满意度。本研究以少数民族大学生为研究对象，提出以下假设：以心理韧性为预测变量，生活满意度为结果变量，民族认同为中介变量，假设三者之间存在中介关系，如图 1 所示。

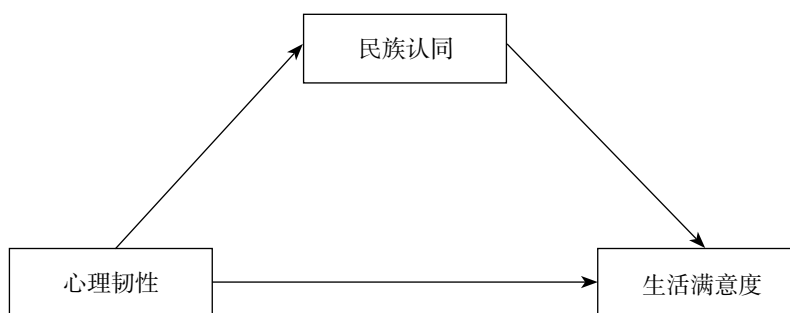


图 1 假设中介效应模型图

Figure 1 Hypothetical mediating effects model diagram

2 对象与方法

2.1 对象

本研究采用方便取样，在我国民族类高校中选取少数民族大学生参与问卷调查。剔除作答明显不完整、答题过程明显不认真的数据，最终回收 398 份有效问卷。其中，男性被试 290 人（72.9%），女性被试 108 人（27.1%）；大一学生 62 人（15.6%），大二学生 218 人（54.8%），大三学生 88 人（22.1%），大四学生 30 人（7.5%）；理工科专业学生 206 人（51.8%），文史科专业学生 192 人（48.2%）。所有参与调查的被试均对研究知情同意。

2.2 工具

2.2.1 青少年心理韧性量表

该量表由胡月琴等人编制^[4]，量表包含目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助五个维度，采用 5 点计分，得分越高代表心理韧性水平越高。该量表内部一致性信度系数为 0.774，量表共 27 题。

2.2.2 生活满意度量表

该量表由张兴贵等人编制^[22]，量表包含友谊满意度、家庭满意度、学校满意度、学业满意度、自由满意度五个维度，采用 7 点记分法，得分越高，生活满意度越高。该量表内部一致性信度系数为 0.85，量表共 36 题。

2.2.3 少数民族民族认同问卷

该问卷由史慧颖等人编制^[1]，问卷包括本民族认同和中华民族认同两个维度，采用 5 点计分法，得分越高，民族认同感越强。该问卷内部一致性信度系数为 0.865。问卷共有 30 道题，其中包含 6 道测谎题。

2.3 统计处理

使用 SPSS 22.0 对数据进行预处理及描述性统计的运算，运用 PROCESS 4.5 对中介模型进行检验。采用 Bootstrap 方法抽样 5000 次，对回归系数的显著性进行检验，若其 95% 置信区间不包含零，则效应

显著^[23]。

3 结果

3.1 共同方法偏差控制

由于本研究所有数据的获取均来自问卷自我报告，为避免可能出现的共同方法偏差，本研究采用 Harman 单因素检验法进行检验，提取了 11 个特征根大于 1 的因子，且第一个因子解释的变异量为 36.1%，小于 40% 的临界标准。因此，本研究数据不存在严重的共同方法偏差，表明数据可用于验证中介模型。

3.2 被试民族分布情况

本研究共收集 398 份数据，经分析，参与研究的共有来自 20 个不同的少数民族大学生。其中，藏族的同学最多，人数比例达到 30.8%，回族同学的数量紧随其后，占到了 24.1%，同时也有较多满族和壮族的同学参与了问卷调查。

表 1 少数民族大学生民族分布情况

Table 1 Ethnic distribution of university students from ethnic minorities

序号	民族	人数（人）	百分比（%）
1	藏族	122	30.7
2	回族	96	24.1
3	满族	48	12.1
4	壮族	33	8.3
5	苗族	18	4.5
6	彝族	18	4.6
7	蒙古族	14	3.5
8	维吾尔族	14	3.5
9	瑶族	6	1.5
10	布依族	4	1
11	鄂伦春族	4	1
12	土家族	4	1
13	白族	3	0.8
14	毛南族	3	0.8
15	达斡尔族	2	0.5
16	傣族	2	0.5
17	哈尼	2	0.5
18	水族	2	0.5
19	土族	2	0.5
20	东乡族	1	0.3

3.3 少数民族大学生心理韧性、生活满意度、民族认同在人口学上的差异

性别在少数民族大学生心理韧性、民族认同、生活满意度得分上具有显著性的统计学意义。专业类

别在少数民族大学生心理韧性、民族认同、生活满意度得分上均具有显著性的计学意义，具体如表 2 所示。

表 2 少数民族大学生心理韧性、生活满意度、民族认同在人口学特征上的差异 ($\bar{x} \pm s$)

Table 2 Differences in demographic characteristics of mental toughness, life satisfaction, and ethnic Identity among ethnic minority college students ($\bar{x} \pm s$)

项目	人数	统计值	心理韧性	生活满意度	民族认同
性别	男	290	2.94 ± 0.93	4.77 ± 1.07	3.50 ± 0.83
	女	108	3.28 ± 0.38	5.36 ± 0.61	3.73 ± 0.35
		<i>t</i>	-3.674***	-5.501***	-2.817***
专业类别	理工类	206	1.98 ± 1.27	4.56 ± 0.85	2.63 ± 1.10
	文史类	192	3.21 ± 0.59	4.77 ± 1.05	3.69 ± 0.54
		<i>t</i>	-2.15**	5.22**	-4.39**

注：****p*<0.001 在 0.001 级别（双尾），相关性显著，下同。

3.4 心理韧性、生活满意度、民族认同各维度平得分

分别计算三个量表各维度得分的平均分及标准差。结果显示，少数民族大学生心理韧性总体水平良好，情绪控制维度分数较低；民族认同总分较高，不管是本民族认同还是中华民族认同，都具有较高水平；生活满意度方面处于中等偏上水平，主要集中在中间得分附近，具有可提升空间。

表 3 少数民族青少年民族认同、生活满意度、亲社会行为倾向各维度得分 ($\bar{x} \pm s$)

Table 3 Scores on dimensions of ethnic identity, life satisfaction, and tendency to pro-social behavior among ethnic minority adolescents ($\bar{x} \pm s$)

项目	\bar{x}	<i>s</i>
目标专注	3.35	1.15
情绪控制	2.59	0.89
积极认知	3.50	1.14
家庭支持	3.08	0.89
人际协助	2.84	0.88
本民族认同	3.62	0.74
中华民族认同	3.78	0.89
友谊满意度	5.09	1.23
家庭满意度	5.03	1.44
学校满意度	4.62	0.79
学业满意度	4.97	1.24
自由满意度	5.08	1.15
环境满意度	4.74	0.85

3.5 心理韧性、生活满意度、民族认同各维度之间的相关分析

统计结果(表 4)发现，研究中所有变量均存在显著的相关关系。因此，可以进一步进行中介效应检验。

表 4 相关分析 ($n=398$)

Table 4 Related analysis ($n=398$)

项目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
目标专注	1												
情绪控制	0.497**	1											
积极认知	0.913**	0.513**	1										
家庭支持	0.574**	0.649**	0.636**	1									
人际协助	0.637**	0.803**	0.644**	0.780**	1								
本民族认同	0.733**	0.557**	0.788**	0.806**	0.709**	1							
中华民族认同	0.778**	0.484**	0.834**	0.729**	0.616**	0.925**	1						
友谊满意度	0.748**	0.307**	0.681**	0.208**	0.357**	0.487**	0.554**	1					
家庭满意度	0.742**	0.267**	0.678**	0.176**	0.352**	0.466**	0.522**	0.903**	1				
学校满意度	0.462**	0.391**	0.520**	0.476**	0.474**	0.553**	0.529**	0.567**	0.540**	1			
学业满意度	0.657**	0.260**	0.620**	0.169**	0.312**	0.437**	0.479**	0.884**	0.857**	0.600**	1		
自由满意度	0.741**	0.253**	0.711**	0.310**	0.368**	0.575**	0.629**	0.839**	0.835**	0.592**	0.803**	1	
环境满意度	0.470**	0.504**	0.497**	0.466**	0.547**	0.553**	0.561**	0.536**	0.515**	0.690**	0.511**	0.589**	1

3.6 民族认同在少数民族大学生心理韧性与生活满意度之间的中介效应检验

根据相关分析结果，研究变量之间均存在显著相关，为进一步探索研究变量之间的关系，研究采用 PROCESS 4.5 检验多因变量的中介模型。根据中介效应检验流程，在控制了性别和年级后，以心理韧性为自变量、民族认同为中介变量，以生活满意度为因变量，检验少数民族大学生民族认同在心理韧性与生活满意度之间的关系。从表 5 中可看出，本次回归模型的拟合度在可接受范围内，说明本次的运算结果可以较为真实地反映出少数民族大学生心理韧性对生活满意度的影响。

经 Bootstrap 方法检验，如表 6 所示，民族认同在心理韧性和生活满意度之间的中介效应显著，总体来看，模型总效应的 36.2% 为中介效应，即心理韧性对生活满意度的效应有 36.2% 通过民族认同起作用。路径系数如图 2 所示。

表 5 中介效应分析中的回归效应

Table 5 Regression effects in mediated effects analysis

回归方程 ($N=398$)			整体拟合指标			回归系数显著性
结果变量	预测变量	R	R^2	F	B	t
民族	韧性	0.87	0.76	303.34	0.73	29.97**
满意	韧性	0.72	0.51	82.90	0.44	5.29**
	民族				0.34	3.54**
满意	韧性	0.71	0.50	97.63	0.67	14.73**

表 6 民族认同的中介效应分析

Table 6 An analysis of the mediating effects of ethnic identity

	效应值	标准误	Bootstrap95%CI		占总效应比率
			下限	上限	
总效应	0.69	0.05	0.60	0.78	
直接效应	0.44	0.08	0.28	0.61	
间接效应	0.25	0.08	0.09	0.40	36.2%

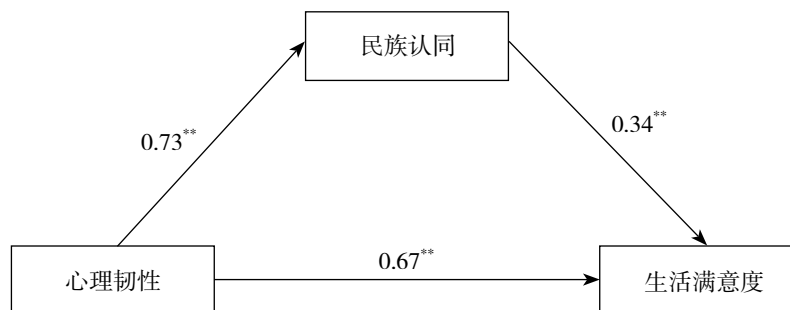


图 2 心理韧性与生活满意度的中介模型

Figure 2 A mediation model of mental toughness and life satisfaction

4 讨论

4.1 少数民族大学生心理韧性对生活满意度的影响

本研究结果表明，少数民族大学生的心理韧性与其生活满意度呈正相关，这与过往的研究结果一致^[24]。这意味着，拥有较高水平心理韧性的少数民族大学生更有可能体验到更高层次的生活满意度。心理韧性在应对生活中的挑战和压力时发挥了重要作用。少数民族大学生可能面临诸如文化认同困惑、社会适应压力等方面的挑战，而心理韧性有助于他们更好地应对这些挑战，并保持相对较高的生活满意度。少数民族文化可能对心理韧性的培养产生积极影响。少数民族文化往往强调团结、坚韧和适应性，这些特质有助于培养心理韧性，从而促进生活满意度的提升。因此，少数民族大学生可能在其文化传统中找到支持和力量，以应对生活中的各种挑战。鉴于心理韧性与生活满意度之间存在的密切关系，教育和心理干预措施可以有针对性地促进少数民族大学生的心理韧性发展，从而提升其生活满意度。这包括通过心理健康教育课程、心理咨询服务等方式，培养学生应对挑战的能力，提高其心理韧性水平。

4.2 民族认同在少数民族大学生心理韧性与生活满意度关系中的中介作用

本研究旨在探讨民族认同在少数民族大学生心理韧性与生活满意度之间的中介作用。一方面，民族认同作为个体对自身民族归属感和认同感的体验，可能对心理韧性的形成产生重要影响。较高水平的民族认同感可能为个体提供一种安全感和自豪感，从而有助于培养其心理韧性，增强应对挑战的能力。另一方面，心理韧性也可能促进个体对民族认同的积极体验。具有较高水平心理韧性的个体可能更能应对来自外界的文化认同困扰和挑战，从而更加自信地表达和维护自己的民族认同。本研究结果可能表明，

民族认同在少数民族大学生心理韧性与生活满意度之间起到了中介作用。具体而言，心理韧性可能通过影响个体对民族认同的认同程度，进而影响其对生活的满意度。这意味着，民族认同在连接心理韧性与生活满意度之间扮演了桥梁的角色。考虑到民族认同在心理韧性与生活满意度之间的中介作用，教育和社会支持对于少数民族大学生的民族认同建构和心理健康至关重要。学校可以通过开展多元文化教育、提供跨文化交流机会等方式，促进少数民族大学生的民族认同发展，并培养其心理韧性，从而提升其生活满意度。本研究可能存在一定的局限性，如样本选择偏差、测量工具的有效性等问题。未来的研究可以采用更加全面的研究设计和方法，深入探讨民族认同在心理韧性与生活满意度关系中的中介机制，并考虑不同文化背景下的差异。

5 结论

- (1) 心理韧性能显著影响少数民族大学生生活满意度；
- (2) 民族认同能通过心理韧性间接影响少数民族大学生生活满意度。

参考文献

- [1] 史慧颖, 张庆林, 范丰慧. 西南地区少数民族大学生民族认同心理研究 [J]. 民族教育研究, 2007 (2): 32-36.
- [2] Joseph J M. The resilient child: preparing today's youth for tomorrow's world [M]. New York: Plenum Books, 1994.
- [3] Markstrom C A, Marshall S K, Tryon R J. Resiliency, social support, and coping in rural low income Appalachian adolescents from two racial groups [J]. Journal of Adolescence, 2000 (23): 693.
- [4] 胡月琴, 甘怡群. 青少年心理韧性量表的编制和效度验证 [J]. 心理学报, 2008 (8): 902-912.
- [5] Tajfel H, Turner J. An integrative theory of intergroup conflict [J]. social psychology of intergroup relations, 1979 (33): 94-109.
- [6] Phinney J S, Berry J W, Vedder P, et al. The Acculturation Experience: Attitudes, Identities and Behaviors of Immigrant Youth [M] // Immigrant youth in cultural transition: Acculturation, identity, and adaptation across national contexts. Mahwah, NJ, US; Lawrence Erlbaum Associates Publishers. 2006: 71-116.
- [7] Phinney J S. Ethnic and racial identity: Ethnic identity [M]. Washington New York, DC NY: American Psychological Association Oxford University Press, 2000.
- [8] Huang C Y, Stormshak E A. A longitudinal examination of early adolescence ethnic identity trajectories [J]. Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 2011, 17 (3): 261-270.
- [9] Dinh K T, Roosa M W, Tein J Y, et al. The relationship between acculturation and problem behavior proneness in a Hispanic youth sample: A longitudinal mediation model [J]. Journal of Abnormal Child Psychology, 2002, 30 (3): 295-309.
- [10] Marsiglia F F, Kulis S, Hecht M L, et al. Ethnicity and Ethnic Identity as Predictors of Drug Norms and Drug Use Among Preadolescents in the US Southwest [J]. Substance Use & Misuse, 2004, 39 (7): 1061-1094.
- [11] Zaborskis A, Grincaite M, Lenzi M, et al. Social inequality in adolescent life satisfaction: Comparison

- of measure approaches and correlation with macro-level indices in 41 countries [J]. *Social Indicators Research*, 2019, 141 (3): 1055–1079.
- [12] Erikson E H. Identity: Youth in Crisis [J]. *Archives of General Psychiatry*, 1969, 21 (5): 635.
- [13] 安秋玲. 青少年自我同一性发展研究 [J]. *心理科学*, 2007 (4): 895–899.
- [14] Chen K-H. Self-identity and self-esteem during different stages of adolescence: The function of identity importance and identity firmness [J]. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 2019 (55): 27–56.
- [15] Shen Y, Lee H, Choi Y, et al. Ethnic-racial socialization, ethnic-racial identity, and depressive symptoms in Korean adolescents in the United States and China [J]. *Journal of Youth and Adolescence*, 2022, 51 (2): 377–92.
- [16] Yoo H C, Lee R M. Ethnic Identity and Approach-Type Coping as Moderators of the Racial Discrimination/Well-Being Relation in Asian Americans [J]. *Journal of Counseling Psychology*, 2005, 52 (4): 497–506.
- [17] 何朝峰, 罗之勇. 仫佬族地区青少年民族认同与生活满意度的关系 [J]. *民族教育研究*, 2014, 25 (4): 54–58.
- [18] 李旭珊, 王琦, 卢富荣, 等. 少数民族预科生的民族认同、社会支持与生活满意度 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2014, 28 (1): 75–79.
- [19] Caqueo-urizar A, Flores J, Mena-chamorro P, et al. Ethnic identity and life satisfaction in indigenous adolescents: The mediating role of resilience [J]. *Children and Youth Services Review*, 2021 (120): 9.
- [20] Dimitrova R, Johnson D J, Van de Vijver F J R. Ethnic socialization, ethnic identity, life satisfaction and school achievement of Roma ethnic minority youth [J]. *Journal of Adolescence*, 2018 (62): 175–183.
- [21] Lara L. Ethnic identities of immigrant and native adolescents: Development and relationship to life satisfaction [J]. *Psicologia: Reflexão Crítica*, 2018 (31): 9.
- [22] 张兴贵, 何立国, 郑雪. 青少年学生生活满意度的结构和量表编制 [J]. *心理科学*, 2004 (5): 1257–1260.
- [23] Erceg-hurn D M, Mirosevich V M. Modern robust statistical methods: An easy way to maximize the accuracy and power of your research [J]. *American Psychologist*, 2008, 63 (7): 591–601.
- [24] 陈姝羽. 大学生学业压力、心理弹性及生活满意度的关系研究 [D]. 重庆: 西南大学, 2013.

The Effect of Mental Toughness on Life Satisfaction among Ethnic Minority College Students: The Mediating Role of Ethnic Identity

Xiao Yang Lei Tianyang Dai Weidi

Southwest Minzu University School of Education and Psychology, Chengdu

Abstract: Objective: To understand the current situation of psychological resilience and life satisfaction among ethnic minority college students, and to explore the relationship between ethnic identity, psychological resilience and life satisfaction, in order to provide a reference for promoting the psychological health development of ethnic minority college students. Methods: Tools such as the Adolescent Mental Toughness Scale, the Life Satisfaction Scale, and the Ethnic Identity Questionnaire for Ethnic Minorities were used to analyze the relationship between mental toughness, life satisfaction, and ethnic identity and the dimensions among ethnic minority college students, and to establish structural equation modeling to test the mediating role of ethnic identity between mental toughness and life satisfaction. Results: Mental toughness has an impact on life satisfaction; the relationship between mental toughness and life satisfaction can be mediated through ethnic identity. Conclusion: This study suggests that psychological resilience can indirectly influence life satisfaction through ethnic identity, providing theoretical support for college students' well-being enhancement efforts.

Key words: Minority college students; Mental toughness; Life satisfaction; Ethnic identity