

## 社会支持、自我概念与大学新生自我伤害行为的关系研究

魏来<sup>1</sup> 闵容<sup>2</sup> 林洁欣<sup>1</sup> 万紫莹<sup>1</sup> 张佳玮<sup>1</sup> 蔡勇杰<sup>1</sup> 罗芸雅<sup>1</sup>

1. 广东工业大学学生工作办公室，揭阳；
2. 广东工业大学心理健康教育与咨询中心，广州

**摘要** | 目的：探讨大学新生社会支持、自我概念与自我伤害之间的关系，了解大一新生的自伤行为，可以为大学生自伤行为的干预和预防提供理论依据。方法：以揭阳一所高校 776 名大学生为研究对象，采用自我概念清晰性量表、改编由 Zimet 编制的领悟社会支持量表（PSSS）以及蓄意自伤问卷（DSHI）进行调查。结果：研究显示，社会支持和自我概念清晰性均能有效预测自我伤害行为（ $p < 0.001$ ）。社会支持可以显著预测自我概念（ $p < 0.001$ ）。当自我概念清晰性被纳入回归方程时，社会支持对自我伤害的预测作用虽有所下降但仍然显著（ $p < 0.001$ ）。回归分析表明，在高自我概念水平下，社会支持的预测作用不显著（ $p > 0.05$ ）；而在低自我概念水平下，社会支持的预测作用显著（ $p < 0.001$ ）。结论：（1）社会支持和自我概念均对自我伤害行为具有保护作用，支持了累加效应模型；（2）社会支持通过自我概念的部分中介作用对自我伤害产生间接影响，支持了中介效应模型；（3）社会支持对自我伤害的保护作用在低自我概念组中明显，属于对抗型交互作用。

**关键词** | 自我伤害；社会支持；自我概念

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 前言

自我概念清晰性作为个体心理健康的关键组成部分，对大学生的心理健康尤为重要。研究表明，自我概念清晰性与社会支持之间存在正相关关系<sup>[1, 2]</sup>，而社会支持被认为是自伤行为的保护因素<sup>[3, 4]</sup>。因此，本研究将探讨社会支持和自我概念清晰性如何共同影响大学生的自伤行为。提出以下模型假设：

基金项目：广东省高校思想政治教育课题（编号：2021GXSZ028）；广州市心理协会课题（编号：2023GZPS18）；大学生创新创业训练项目（编号：xj2024118451099）。

作者简介：魏来（1988-），女，湖北武汉人，硕士，助教，主要研究方向：心理健康教育。

文章引用：魏来，闵容，林洁欣，等. 社会支持、自我概念与大学新生自我伤害行为的关系研究 [J]. 心理咨询理论与实践, 2024, 6 (6): 302-309.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0606038>

(1) 累加效应模型, 假设: 社会支持和自我概念清晰性均对大学新生自我伤害行为在一定程度上起保护作用; (2) 中介效应模型, 假设: 自我概念可能在社会支持和自我伤害之间起到一种桥梁作用; (3) 调节效应模型, Cohen 提出了一种新的调节效应模型, 它将增强型交互作用和对立型交互作用有机结合起来, 以更好地反映复杂环境中的变化<sup>[5]</sup>。在增强型交互作用中, 预测变量和调节变量对结果变量的影响方向一致, 而且交互项的方向也相同, 因此, 当调节变量得分较高时, 预测变量的影响力会更大; 而在对立型交互作用中, 预测变量和调节变量的影响方向相同, 但交互项的方向却不同, 因此, 当调节变量得分较高时, 预测变量的影响力会较小。因此, 本研究将探讨自我概念的调节效应属于哪种模式。假设: 社会支持对自我保护的影响程度可能因个体的自我认知水平而有所不同。

## 2 对象与方法

### 2.1 研究对象

研究对象来自揭阳一所高校, 共有 800 名新生参与, 其中男生 598 人, 女生 178 人, 均为大一新生, 被试者的平均年龄为  $17.24 \pm 1.06$  岁。经过筛选, 最终获得有效问卷共计 776 份。本研究使用问卷收集数据, 在数据收集之前会通过文字方式告知答卷者研究的目的和内容并解释保密性原则, 在获得调查对象知情同意之后进行问卷调查。

### 2.2 研究工具

#### 2.2.1 自我概念清晰性量表

通过使用自我概念清晰性量表, 我们可以衡量被试者的自我概念清晰度水平。分数越高, 表明他们的自我概念清晰度越高。过去的研究表明, 这种量表的中文版本具有良好的可靠性。在本研究中, 我们发现它的内部一致性系数 Cronbach's Alpha 为 0.799。

#### 2.2.2 社会支持量表

Zimet 编制的领悟社会支持量表 (PSSS) 旨在衡量个体对社会支持的认知和体验, 以总分的形式反映出个体对社会支持的总体感受。

#### 2.2.3 自我伤害量表

DSHI 是一份基于行为的自我报告问卷, 旨在评估参与者对自己的故意伤害行为。本次研究特别选取了其中 7 个最常见的题项, 以更好地了解参与者的自我保护意识和自我防护能力。研究对象回忆近期发生的非自杀性自伤行为的次数, 并如实记录, 汇报次数越多, 表明其近期非自杀性自伤行为的程度越严重。

#### 2.2.4 信度分析

本文旨在通过对数据的信度分析来评估问卷的可靠性和一致性。本文中的信度分析, 是为了检测在利用问卷对各个变量进行测量时, 能否得到同一结果。

在完成问卷数据的收集与录入之后, 本文利用 SPSS 软件, 检测指标为定量研究中常用的 Cronbach's Alpha 系数。对于 Cronbach's Alpha 的判别标准, 一般认为 Cronbach's Alpha 值大于 0.6, 就可以判定测量工具具有一定可靠性。但是也有研究者认为, Cronbach's Alpha 值大于 0.5 就可以判定测量工具有可靠性。

综合已有的 Cronbach's Alpha 系数判定方法, 以下表 1 为标准来判定本研究所用量表的信度。

表 1 Cronbach's Alpha 系数判断标准

Table 1 Cronbach's Alpha coefficient criteria

Cronbach's Alpha 系数	信度水平	可否接受
<0.6	低	不可接受
0.6~0.7	较高	尚可接受
0.7~0.8	很高	接受
>0.8	非常高	接受

如前文所述, 此部分应用数据分析软件 SPSS 22 进行信度分析, 将 Cronbach's Alpha 作为判定指标, Cronbach's Alpha 系数值大于 0.7 时, 就认为本研究中所采用的调查问卷有可靠性。

表 2 信度分析

Table 2 Reliability analysis

量表	题项	Cronbach's Alpha
社会支持	11	0.960
自我伤害	7	0.799
自我概念清晰性	12	0.768

## 3 结果

### 3.1 各变量的描述性统计及其相关分析

统计结果表明 (表 3), 社会支持与自我概念清晰性之间存在显著正相关关系; 社会支持和自我概念清晰性均与自我伤害呈显著负相关。

表 3 各变量的描述统计量及相关系数

Table 3 Descriptive statistics and correlation coefficients of each variable

	<i>M</i>	<i>SD</i>	社会支持	自我概念清晰性	自我伤害
社会支持	2.845	1.168	1	0.215**	-0.288**
自我概念清晰性	2.968	0.499	0.215**	1	-0.458**
自我伤害	1.129	0.308	-0.288**	-0.458**	1

注: \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ 。

### 3.2 累加效应模型检验

本研究分别进行了自我伤害对社会支持和自我概念清晰性的回归分析。如表 4 所示, 两个变量

均达到了显著性水平，社会支持和自我概念清晰性均能有效预测自我伤害，其标准系数分别为 -0.199 和 -0.415。累加效应模型得以验证。

表 4 社会支持和自我概念对自我伤害的累加效应

Table 4 Cumulative effects of social support and self-concept on self-injury

	<i>B</i>	SE	$\beta$	<i>t</i>
社会支持和自我概念清晰性				
社会支持	-0.052	0.008	-0.199	-6.220***
自我概念清晰性	-0.256	0.02	-0.415	-12.979***
$R^2$	0.245			
$F(2, 773)$	126.793***			

累积效应模型 (additive effect model) 是一种简单而有效的理论模型，它认为，当两种保护因素都被控制时，它们会共同对自我伤害产生保护作用，从而促进社会支持和自我概念的发展。

### 3.3 中介效应模型检验

每个中介效应模型都需要经过一系列步骤来进行检验。首先，需要对因变量和自变量进行回归分析，以确定它们之间的关系。如果回归方程是有效的，则可以进行下一步分析。在这个过程中，第一步是对因变量和自变量进行回归，第二步是加入中介变量，以确定它们之间的关系。如果在第二步中，中介变量的回归系数显著增加，而自变量的回归系数显著减少，则可以认为存在中介作用，可以通过 Sobel 检验来确定是否达到显著水平。如果自变量对因变量的预测作用仍然显著，则可以认为存在部分中介；反之，则可以认为存在完全中介。

回归分析结果显示，社会支持对自我概念的预测效果显著，其中  $R^2=0.05$ ,  $F(1, 774)=41.869$ ,  $p<0.001$ 。如表 5 所示，当自我概念清晰性被考虑进去时，社会支持对自我伤害的预测效果虽有所下降，但仍然保持显著，这表明自我概念在这一过程中发挥了部分中介作用。

表 5 自我概念的中介效应检验结果

Table 5 Test results of the mediating effect of self-concept

社会支持—自我伤害		<i>B</i>	SE	$\beta$	<i>t</i>
第一步					
社会支持		-0.076	0.009	-0.288	-8.366***
	$R^2$	0.082			
	$F(1, 774)$	69.992***			
第二步					
社会支持		-0.052	0.008	-0.199	-6.220***
自我概念清晰性		-0.256	0.020	-0.415	-12.979***
	$R^2$	0.245			
	$F(2, 773)$	126.793***			

### 3.4 调节效应模型检验

通过分层回归，可以检验调节效应。第一步，将自变量和中介变量纳入回归模型；第二步，将它们之间的交互项引入回归模型中，并将所有变量中心化。如果交互项的预测结果达到显著性水平， $R^2$  发生显著变化，则可以认为调节效应是显著的。根据表 6 的统计数据，自我概念对于调节这一过程起到了显著的作用。

表 6 自我概念的调节效应检验结果

Table 6 Test results of the moderating effect of self-concept

社会支持 / 自我概念清晰性 / 社会支持 × 自我概念清晰性	<i>B</i>	SE	$\beta$	<i>t</i>
第一步				
社会支持	-0.076	0.009	-0.288	-8.366***
	$R^2$	0.082		
	$F(1, 774)$	69.992		
第二步				
社会支持	-0.069	0.008	-0.263	-8.570***
自我概念清晰性	-0.216	0.019	-0.350	-11.423***
社会支持 × 自我概念清晰性	0.168	0.016	0.310	10.208***
	$R^2$	0.334		
	$F(2, 773)$	130.553***		

为了检验交互作用，选择4个点的值进行比较(社会支持高/低 × 自我概念高/低)。具体操作如下：首先，筛选出自我概念大于或等于1个标准差的被试数据，计算自我伤害对社会支持的回归并求得社会支持分别为1和-1个标准差时自我伤害的值。然后，采用同样的方法计算低自我概念时的回归并得出社会支持高、低时的值。回归分析结果表明，高自我概念时，社会支持的预测作用不显著 ( $B=0.015, t=1.413, p>0.05$ )；而低自我概念时，社会支持的预测作用显著 ( $B=-0.153, t=-12.107, p<0.001$ )。如图 1 所示，当自我概念较高时，自我伤害得分总体较低，社会支持对自我伤害的影响差异不大；而当自我概念较低时，自我伤害会随着社会支持的增加而显著降低。

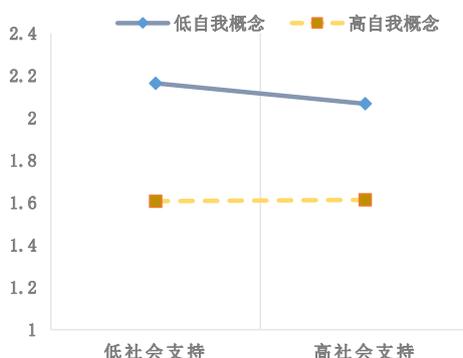


图 1 自我概念对社会支持自我伤害的调节效应

Figure 1 The moderating influence of self-concept on self-inflicted harm of social aid is depicted

## 4 讨论

本研究考察了外部因素——社会支持与内部因素——自我概念清晰性这两种保护因素如何影响大一新生的自我伤害行为。从中学到大学场域的转变还意味着学生所处的关系结构及社交方式有所变化。相比中学时期，大学生的社交功利化色彩加重，同时其感受到的社会支持度有所下降。大学生需要独自处理复杂的人际关系网络，这对他们而言是一种巨大的挑战<sup>[6]</sup>。自我概念作为个体层面的概念，受自我认知、体验和评价的影响，但同时它也具有社会情境性，受社会性阐述和共享知识、信念的影响。每个个体都是基于自身的现状、理想自我以及相似群体共同构建的“标签”，将抽象的概念和过去的经验联系起来，从而建立起具体的心理内容<sup>[7]</sup>。

社会心理学家 Cobb 提出感知社会支持的概念，意指个体能够清晰地感知到被重视，并在需要时能够依靠他人。感知到的社会支持与个体的精神健康之间有着紧密相关性<sup>[8]</sup>。人的社会属性决定了每个人都需要与他人建立联系，并在关系互动中发展自我。涂尔干在《自杀论》中强调了社会整合的重要性，他指出当个体适度融入群体，并得到他人的有效支持时，才能获得生命的意义与价值，进而降低自杀风险<sup>[9]</sup>。

首先，清晰的自我概念和社会支持有助于预测自我伤害，这一结论得到了累加效应模型的支持。此外，这种作用是相互独立的，两者都能有效预测自我伤害。大一新生入学不久，面临着环境变化、人际交往和学业压力等多方面的适应任务，自我发展与适应还不太成熟，容易引发模糊和混乱的自我概念，导致自我概念清晰性降低<sup>[10]</sup>。在此基础上，自我概念清晰性低的大学新生对自身认识模糊，自我评价低，缺乏自我价值感，生活中倾向于以消极的态度对事物进行解释或归因，通常在人际交往过程中被动、不自信，人际协调关系能力弱、人际交往范围狭小，在人际互动中处于不确定状态，导致人际适应性差。

其次，自我概念在社会支持与自我伤害之间起到了部分中介作用。社会支持首先对自我概念产生影响，然后通过自我概念间接影响自我伤害行为。这表明自我概念在社会支持与自我伤害之间起到了桥梁的作用。

此外，自我概念还在社会支持与自我伤害之间起到了调节作用。对于大一新生而言，缺乏自我概念的保护时，社会支持的作用变得尤为重要，它可以有效预防自我伤害，从而使学生更好地应对未来的挑战。研究结果显示，领悟社会支持比实际得到的物质支持更可能会对心理健康有积极意义<sup>[11]</sup>。领悟社会支持强调主观感受体验，它与倦怠感、主观幸福感、社会心理适应能力等方面都存在相关关系，更能够帮助解释个体行为发生的原因<sup>[12]</sup>。领悟到更多社会支持的学生，能够主动地去适应学校生活，能够体验到更多的安全感，所以心理压力会比较少，因此抑郁情绪的产生也比较少<sup>[11]</sup>。

根据累加效应模型，如果大一新生能够获得良好的社会支持，对其心理健康状态具有显著的增益效果。因此，教师、同学、朋友、家长以及社会公众的关怀和爱护、尊重与理解能够缓解大一新生们的心理问题，如烦躁、恐惧、自我怀疑、担忧和紧张等。若大一新生能够积极有效地利用社会支持，将有利于提高个体的自信心水平，减少自伤行为。Dijk (2013)<sup>[13]</sup>的研究结果表明，感知社会支持与生活满意度和积极情绪呈显著正相关，并能积极预测社会技能水平和学术能力<sup>[14]</sup>。有父母关爱和支持的个体在情商方面发展得更好，保持创造力和维持幸福生活的能力更强<sup>[15]</sup>，因此，意识到父母、同龄人和老师支持的学生在学校的表现比不能感受到他们支持的学生更好。

根据中介效应模型，提高社会支持可以增强自我概念，从而降低自我伤害的可能性。个体通过社会支持的有效指导，可以形成良好的自我概念，有效地减少自我伤害的风险。此外，Smith 的研究结果表明，

感知到的社会支持能够帮助个人避免健康损害行为的负面影响。不同类型的支持共同作用，能够影响个体的身体自我价值、幸福感和动机<sup>[16]</sup>。个体所感知到的支持和理解越多，越能战胜挑战，克服逆境<sup>[17]</sup>，用积极向上的心态应对突发事件<sup>[18]</sup>。

依据调节效应模型的结果，对于自我概念水平较低的个体来说，社会支持的作用尤为显著。高校工作者应重视自我概念较低的学生，为他们提供良好的社会支持，帮助他们建立积极的自我概念，以减少自伤行为的发生。同时，应该鼓励学生参与到周围的环境中，提高他们的适应能力。许多学者正在研究如何提高合理的社会支持方式，即建立一个良好的校园文化，营造一个和谐平等的人际交往环境，以帮助获得有效的社会支持和培养模式<sup>[19]</sup>。

有学者进一步论述了当学校拥有宽松和谐的校园内部环境、师生之间能够建立起平等互助的相关关系，并且学生之间关系较为和睦友好时，能够有效地帮助学生建立起社会支持的合理认知<sup>[20]</sup>。

## 5 结论

(1) 社会支持和自我概念均对自我伤害行为具有保护作用，支持了累加效应模型；(2) 社会支持通过自我概念的部分中介作用对自我伤害产生间接影响，支持了中介效应模型；(3) 社会支持对自我伤害的保护作用在低自我概念组中明显，属于对抗型交互作用。

## 参考文献

- [1] 王雨婷, 秦启玥, 方垠诺, 等. 压力对大学生抑郁症状的影响: 领悟社会支持和自我效能的中介作用 [J]. 赣南医学院学报, 2023, 43 (6): 626-632.
- [2] 张钰璐, 谷仕艳, 代娇, 等. 大学生自我控制与压力应对在社会支持与手机成瘾间的链式中介作用 [J]. 职业与健康, 2023, 39 (8): 1098-1101.
- [3] 蔡雨萌, 莫文. 安全感在大学生社会支持与自杀态度间的中介作用 [J]. 校园心理, 2023, 21 (3): 195-199.
- [4] 罗媛, 任鹏宇, 马臣萃, 等. 社会支持在非自杀性自伤行为与留守经历间的中介作用 [J]. 现代预防医学, 2023 (3): 535-539, 550.
- [5] Cohen J, Cohen P. West, An analysis of Australian company carbon emission disclosures [J]. Pacific Accounting Review, 2013, 25 (1): 58-79.
- [6] 闫紫菱, 张广利, 等. “转场之殇”: 大学生抑郁体验的发生机制 [J]. 中国青年研究, 2024.
- [7] 陈嘉欣. 大学新生学业自我概念与学业行为的关系探析 [J]. 教学教育论坛, 2021.
- [8] Cobb S. Social Support as a Moderator of Life Stress [J]. Psychosomatic Medicine, 1976, 38 (5): 300-314.
- [9] 埃米尔·迪尔凯姆. 自杀论 [M]. 冯韵文, 译. 北京: 商务印书馆, 2001: 395-429.
- [10] 丁倩, 张永欣, 张晨艳, 等. 社交网站使用与青少年抑郁: 社会比较和自我概念清晰性的链式中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24 (5): 823-827.
- [11] 王春梅, 孙雪芹, 王芳, 等. 本科护生情绪智力、领悟社会支持对主观幸福感的影响 [J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24 (12): 5.
- [12] 叶俊杰. 领悟社会支持, 实际社会支持与大学生抑郁 [J]. 心理科学, 2006, 29 (5): 1141-1143.
- [13] Dijk Gerrit. Distribution Theory (Convolution, Fourier Transform, and Laplace Transform) III Introduction

- [J]. 2013: 1-2.
- [14] Tracy W D, Cockerill G L, Demaray D E, et al. Review of Reflecting God [J]. 2002.
- [15] Sillick S C, Abernathy C. Annual Report for the Montana Department of Transportation Research Programs, 2006 [J]. *European Journal of Mechanics-A/Solids*, 2006, 37 (5): 86-95.
- [16] 肖雪皎. 自我概念清晰性、领悟社会支持对中职生学校适应的影响及干预研究 [J]. 2022.
- [17] Smith AL. Perceptions of peer relationships and physical activity participation nearly adolescence [J]. *Journal of sport & Exercise psychology*, 1999, 21 (4): 32-9350.
- [18] 李长瑾, 洪炜, 赵佳, 等. 老年人生活质量与心理弹性的关系及领悟社会支持的中介作用 [J]. *山东大学学报(医学版)*, 2017, 55 (9): 6-10.
- [19] 刘寒梅, 钟年. 负性生活事件与大学生非自杀性自伤行为: 有调节的中介模型 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2023, 31 (3): 568-573.
- [20] 马千珉, 秦黎明, 曹伟. 大学生抑郁程度与依恋, 社会支持的关系 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2023, 31 (2): 294-298.

## The Relations of Social Support, Self-Concept and Deliberate Self-Harm in College Freshmen

Wei Lai<sup>1</sup> Min Rong<sup>2</sup> Lin Jiexin<sup>1</sup> Wan Ziyang<sup>1</sup> Zhang Jiawei<sup>1</sup> Cai Yongjie<sup>1</sup> Luo Yunya<sup>1</sup>

1. Student Work Office, Guangdong University of Technology, Jieyang;

2. Mental Health Education and Counseling Center, Guangdong University of Technology, Guangzhou

**Abstract:** Objective: To examine three models relations among social support, self-concept and deliberate self-harm. Methods: A total of 776 college students from a university in Jieyang were investigated by using the self-concept clarity scale, adapted from the Perceptive Social Support Scale (PSSS) and Intentional self-injury Questionnaire (DSHI) compiled by Zimet. Results: Both social support and self-concept clarity can effectively predict self-injury, with coefficient of determination ( $p < 0.001$ ). Social support can significantly predict self-concept ( $p < 0.001$ ). When self-concept clarity was added to the regression equation, the predictive effect of social support on self-injury decreased but was still significant ( $p < 0.001$ ); Regression analysis showed that social support had no significant predictive effect on high self-concept ( $p > 0.05$ ). The predictive effect of social support on low self-concept was significant ( $p < 0.001$ ). Conclusion: (1) Both social support and self-concept had protective effects on deliberate self-harm, which supported the additive effect model. (2) Self-concept had partial mediation effect on social support to deliberate self-harm, which supports the mediation effect model. (3) The protective effect of social support on deliberate self-harm was obvious in the low self-concept group, which belonged to the antagonistic interaction.

**Key words:** Self-injury; Social support; Self-concept