

Sense of Community: the Common Goal of the Community and the Members of the Community

Bian Lirong* Jia Linxiang

School of Education Science, Jiangsu Normal University, Xuzhou

Abstract: The sense of community is based on a specific community, which shows up as the members' satisfaction and sense of belonging. It includes at least three parts: community identity, needs satisfaction and emotional experience. According to the nature of communities, the sense of community can be divided into the sense of locality-based community and the sense of relational community. According to the complexity of the sense of community, it can be divided into macro-belonging and micro-belonging. The sense of community is not only conducive to meet the needs of the members, but also can promote the stability and development of the community. The factors affecting sense of community include two dimensions: individual factors and community factors, both of which are essential in the generation and development of the sense of community. The sense of community is the common goal of the community and the members of the community. In the process of training, the members and managers of the community should work together to improve the sense of community most efficiently and achieve a win-win situation for the community and members.

Key words: Sense of community; Members of the community; Community; Value; Train

Received: 2019-12-30; Accepted: 2020-01-15; Published: 2020-02-13

社区感：社区成员和社区的共同目标

卞立融* 贾林祥

江苏师范大学教育科学学院，徐州

邮箱：799003650@qq.com

摘要：社区感是基于某一特定社区而言的，表现为社区成员对该社区的满意感和归属感，其至少包含身份认同、需要满足和情感体验三个组成部分。根据社区的性质，可将社区感划分为地域型社区感和关系型社区感；根据社区感的复杂程度，又可将其划分为宏观社区感和微观社区感。社区感既有利于社区成员需要的满足，又能够促进社区的稳定与发展；影响社区感的因素包含个体因素和社区因素两个维度，两者在社区感产生和发展过程中缺一不可。社区感是社区成员和社区的共同目标，在其培养过程中，社区成员和社区管理者双管齐下才能够高效地提升社区感，实现社区成员和社区的双赢。

关键词：社区感；社区成员；社区；价值；培养

收稿日期：2019-12-30；录用日期：2020-01-15；发表日期：2020-02-13

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



作为社区心理学的核心价值与研究主题，社区感一直是研究者关注的焦点问题。在发展壮大社区心理学、预测社区成员的心理健康水平和控制社区成员的社区参与等方面，社区感均扮演着不可或缺的重要角色。因此，探讨社区感的价值与影响因素，并在此基础上进行有效的教育干预，不断提高社区成员的社区感，促进社区的稳定与发展，是社区感研究的目的所在。

1 社区感的内涵、分类与结构

1.1 社区感的内涵

社区感是指那种似乎只可意会、不可言传的心理体验。在作为学术研究的“社区感”出现之前，这种心理体验就已经存在。如同意识状态那样，虽然社区感难以精确描述，但是当人们对自我进行内省观察时，这种心理体验的存在却是毋庸置疑的。作为一种学术概念，社区感是在社区心理学的理论研究与实践探索中产生的。

Sarason 于 1974 年最早提出了社区感的概念，并将社区感定义为：同他人类似的知觉；一种公认的与他人的相互依赖；一种维持这种相互依赖的意愿，这种维持通过给予他人或为他人做其所期待的事情来实现；一个人是某一更大的、可依赖且稳定的组织之组成部分的情感 [1]。目前，有关社区感的研究大都参考这一界定。McMillan (1986) 认为社区感是社区成员的一种归属感；是个体对其他社区成员以及社区的依赖感；是一种共同的信念：在承诺聚合成一个社区的基础上，社区成员的需求将会被满足。相对于 Sarason 对社区感的界定，McMillan 更加强调社区成员的共同信念 [2]。Ahlbrant 和 Cunningham (1979) 认为，社区感是一个人对社区的承诺和社区满意度的聚合物，既包括共有规则的约束，也包括由此产生的正性情绪体验 [3]。

我国学者陈永胜和牟丽霞 (2007) 将社区感定义为社区成员之间及其共同

团体之间的相互影响与归属感，通过彼此承诺而使成员需要得以满足的共同信念，并以社会历史为基础所形成的情感联结 [1]。李须等人（2015）认为，社区感是地域归属和群体认同的有机结合 [4]。凌辉等人（2015）认为，社区感指社区成员之间及其与团体之间的相互影响与归属感，包括身份认同和情感体验两个方面 [5]。

通过对相关研究的分析，我们发现大多数学者对社区感的界定均包含两方面的内容：一是社区形成时期的规则，即社区成员的共同信念：承诺归属于某个社区以满足其需要；二是社区发挥效用时期社区成员的心理体验，某个社区由于对社区成员具有某种特殊的意义，而使个体产生的一种归属感或依赖感。Garcia 等人（1999）认为，社区感是由社区的历史及其发展所形成的 [6]，陈永胜和牟丽霞也认为社区感是一种基于社会历史的情感联结，这里的情感联结实质上就是个体在社区中与其他社区成员之间产生的客观存在的关系联结，可能是共同的利益和喜好，也可能是共同的经历。我们认为，社区感是社区成员对其共同承诺的社区的归属感，是个体由于某种原因自愿归属于某一社区时的心理体验。

1.2 社区感的分类

1.2.1 横向分类

Gusfield（1975）根据社区的性质，将社区感分为两种类型：地域型社区感和关系型社区感 [7]。

地域型社区感立足于物理空间，强调社区成员对特定物理设施或地域的归属感。例如在某个商品房社区形成之初，社区成员既没有情感联结，也没有共同追求，只是由社区管理者采取某些措施促进了社区成员的互动，从而使其产生对社区的依赖或归属感，这即地域型社区感。

关系型社区感立足于心理因素，强调社区成员对于以共同追求（利益、爱好、信仰）为基础的社区归属感。例如，在某一兴趣小组中，社区成员因共同的爱好汇聚在一起，形成一个共同体而相互交往，因这种经历而产生的社区感就是关系型社区感。

这一分类的独特之处在于它并不是将社区感分为截然不同的两个类别，而是规定了社区感的两种成分，不同的社区感即由这两种成分按不同的比例组合而成。正如我国学者李须等人（2015）所认为的那样，地域型社区感和关系型社区感不是一分为二的两点，而是一个连续体 [4]。这个连续体的一端是关系型社区感，另一端是地域性社区感，中间是由比例不同的关系型社区感和地域性社区感组合而成的社区感变化的连续体。例如宗教社区感，一群信徒由于共同信仰汇聚在某一特定的物理地域诸如教堂，教堂是他们信仰的外显。信徒的归属感既包含对物理教堂的归属感，也包含对宗教信仰的归属感，因而宗教社区感是一种既包含关系型社区感也包含地域性社区感的社区感。

1.2.2 纵向分类

Wiesenfeld（1996）根据社区感的复杂程度将社区感分为微观社区感和宏观社区感。一个较大的社区中通常存在若干个较小的社区，加入这些较小的社区可使社区成员获得多重身份 [8]，并产生对这些社区内社区甚至更低层次社区的归属感。例如，一个学校社区中包含若干个班级社区，一个班级社区中可能有不同的兴趣小组或者学习小组，班级成员会产生对学校、班级以及他所在的兴趣小组等多个层次的归属感。微观社区感就是对这些社区内社区甚至更低层次社区的社区感，这种社区感是一元的；而宏观社区感指的是对相对较高规模的社区产生的社区感，这种社区感是多元整合的。

1.3 社区感的结构

McMillan 和 Chavis（1986）提出的社区感结构模型是最具影响力的社区感结构理论 [2]。他们认为，有关社区感的结构应符合四个标准：定义明确；具体且各部分可识别；能反映术语中的温暖和亲密；需要对经验的发展和保持提供动态描述。在此基础上，他们提出了社区感的四要素模型，包括成员资格（一种归属感和分享归属感的倾向）、影响力（一种社区和社区成员处于相互影响状态的感觉）、需求的整合和满足（一种成员的需要将通过社区资源得到满足的感觉）以及共享的情感联结（社区成员有共同的承诺和信念，汇聚在一起后他们将共享历史、物理位置、时间以及经历）。1996年，McMillan 对此模型进

行了修改，提出了新的社区感四要素模型，包括情绪感受（情绪安全和归属感）、人际信任（团体规范、决策能力和基于理性的权威）、公平交换（以物质交换为基础的人格上的平等和认同）和传承艺术（以集体体验和记忆为基础的共同文化历史积淀）[9]。但有西方学者认为，McMillan & Chavis 的社区感结构模型并不完善，因而主张在原有结构模型的基础上，添加一个新的因素：位置依恋(place attachment)，即他们强调社区感也包含对某一社区物理环境的依恋[10]。

以上对于社区感结构的探究都是在西方特定社会历史文化背景下完成的，并不一定适用于中国社会历史文化背景下的社区，如果不加验证就生搬硬套的话显然是不科学的。因而，借鉴西方研究成果，对中国特定历史文化背景下的社区进行再研究势在必行。但是国内研究者对社区感的结构尚未形成共识，有学者认可国外的社区感结构理论，并在国外理论的基础上进行中国化的调整；也有学者通过实证研究否认国外理论对于中国社区的适用性，并提出了相应的理论构想。

牟丽霞认为，基于 McMillan & Chavis 的四因素模型编制的社区感指数量表（Sense of Community Index）并不适用于中国社区，她对中国城市居民社区感进行实证研究后发现，社区感的结构包含集体认同（认知因素）、相互依恋（情感因素）和传承倾向（行为的准备状态）三个要素[11]。俞建华（2012）基于牟丽霞的三因素模型对农村居民社区感进行了验证性研究，认为牟的三因素结构模型同样适用于农村居民社区感[12]。周佳娴（2011）对上海市居民进行抽样调查，经探索性和验证性因素分析发现，上海市居民的社区感主要由社区归属感和社区满意度两个因素组成[13]，即个体对其社区成员身份的认同，以及对社区中个体经历、物质环境等社区相关因素的满意程度。陈传锋等人（2009）以自编外来务工人员社区感量表为工具进行研究，发现外来务工人员社区感包括社区关怀、社区认同、社区责任感、社区亲和、社区荣誉感五个因素[14]。刘视湘和董洪杰（2019）以 Chavis 等人的第二版社区感指数（SOI-2）为工具进行研究，发现农转居社区感的结构包含身份维系（认可社区成员身份）、需求满足（对社区的认知评价）和发展预期（共同致力于社区发展以及拉近邻里关系的情感需求）三个要素[15]。

结合中西方的观点，我们认为，社区感的结构至少包括身份认同、需求满足以及情感体验（对社区关系和社区存在的依赖）等要素。

2 社区感的价值

社区感是社区成员对社区的归属感，因而它的价值应包含两个维度：社区成员和社区。

2.1 社区感对社区成员的价值

社区感对于社区成员而言，具有如下几个方面的价值。

2.1.1 有利于社区成员获得社会支持

社会支持是指个体从外部环境中获得的物质和精神支持。社区感高的社区成员更愿意参与社区活动，在与其他社区成员的互动过程中更易建立密切的情感联结，也更易获得其他社区成员的物质和精神支持。社区感也可使社区成员将社区当作依赖的对象，在与社区外的个体或群体互动时，作为其支持感的来源。

2.1.2 有利于提升社区成员的能力

在不同的社区中社区成员会表现出不同类型能力的提升，这与社区的立足点和社区活动的类型有关。以数学兴趣小组为例，小组在成立之初立足于共同的数学爱好；社区感促进小组成员参与到数学活动中去，并通过高频率的练习提升数学能力。在互动中个体也可与其他社区成员进行比较，发现自己的优势和不足，从而有针对性地提升自己。

2.1.3 有利于促进社区成员的心理健康

社区感既能抑制负性情绪的产生又有助于促进负性情绪的疏导，从而使社区成员保持积极的心理状态。例如 Li 等人（2011）对汶川地震后老年幸存者的社区感和抑郁症状进行了研究，结果显示社区感较强的幸存者产生较低水平的抑郁症状。在信任的基础上形成的新社区感，也有利于降低由于地震导致的悲痛，促进个体的心理恢复 [16]。社区感有助于促进社区成员的社区参与和互动，并通过这种参与和互动抑制或排解负面情绪，从而促进社区成员的心理健康。

2.2 社区感对社区的价值

社区感对于社区而言，有如下几个方面的价值。

2.2.1 有助于社区管理者预测社区成员的心理健康水平和行为

社区感可以作为衡量社区成员心理健康水平的指标，高社区感预示着心理健康，低社区感预示着心理问题和负性行为。例如，Prati 等人（2018）控制了个体水平的社区感、性别和年龄等无关变量，从学校层面上对社区感进行研究，发现较高的社区感与较高的幸福感相关 [17]。Lardier 等人（2019）将社区感作为中介变量，发现社会支持与危险行为（物质滥用和暴力行为）以及抑郁症状呈负相关 [18]。社区管理者可以对社区成员的社区感进行测量，一方面判断社区成员总体的心理健康水平，及时采取针对全体社区成员的干预措施；另一方面关注社区感显著低于正常水平的个体，了解其具体情况并及时进行疏导，以免对社区产生负面影响。

2.2.2 有助于促进社区建设与管理

社区感使得社区成员愿意参与社区活动，在互动过程中产生与增强社区成员相互之间的情感联结，从而增强社区的凝聚力。Riyana 和 Mark（2019）发现，高水平的社区感对社区成员的政治参与和志愿工作都很重要 [19]。社区感也可使社区成员抵制对社区产生负面影响的行为，重视与遵守社区的规则，使社区维持最佳的运转状态。

2.2.3 有助于促进社区的安全与稳定

社区感增强了社区成员对社区的认同与依赖，从而减少其负性行为。社区感高的社区成员会积极寻找对策来解决社区面临的安全问题，以保证社区的安全稳定。例如，Royal 和 Rossi（1996）发现，社区感与更少的破坏行为、更少的阶级划分以及更少的退学想法相关 [20]。社区感使得社区成员聚合为一个整体，同时减少个体的破坏性行为并抵制他人的破坏性行为，从而维持社区的稳定与安全。

社区感是社区成员对社区的满意感和归属感。作为一种积极的心理体验，社区感本身就是社区成员精神需要得到满足的表现；不仅如此，社区感还能促

进社区成员其他需要的满足,包括物质需要和精神需要。由于社区感加强了社区成员之间的情感联结以及社区成员对社区的主人翁意识,使社区成员主动地参与到社区管理当中去,强化对社区有利的行为,抑制对社区不利的行为,共同促进社区的稳定和发展,因而社区感是社区成员和社区共同的目标,需要社区成员和社区管理者的相互协作,以更快、更好地促进社区成员社区感的提升。

3 社区感的影响因素

我们在引用西方的研究成果时,其外部效度是值得商榷的。一种观点在西方特定社会历史条件下具有较高的适用性,换一种背景可能结果就完全不同。例如,Shin 等人(2018)发现,在韩国的工作场所中,社区感越高,员工就越倾向于向同事或上司寻求解决问题的信息,但在西方工作场所中的研究结果却截然相反 [21]。因此,我们在分析社区感的影响因素时,应对西方学者的研究结果进行辩证分析。社区感受多种影响因素的共同作用,不同类型的社区感其影响因素不同,对社区感所起的作用亦不相同。

牟丽霞(2007)发现城市居民社区感的影响因素包含居住时间、抚育儿女数、房屋所有权、信仰、受教育水平等 [11]。周佳娴(2011)发现城市居民社区感的影响因素包含婚姻状态、政治面貌、年龄、社会经济地位、居住时间、互动等 [13]。俞建华(2012)认为农村居民社区感的影响因素包含年龄、婚姻状态、受教育水平、居住时间以及经济收入等 [12]。张灏(2010)发现大学生学校社区感的影响因素包含所在年级、性别、学科性质、是否参加社团、任职情况等 [22]。朱振中等人(2014)认为虚拟社区感的影响因素包含需求满足、线下活动、身份认同、信任等 [23]。

Edwin 等人(2015)在研究城市公园和社区感的关系时发现,在社区安全的基础上,只要周围有公园,无论社区成员是否参观,其与社区感都存在积极关系 [10]。进一步的研究显示,公园的使用频率、公园与社区成员的邻近程度和社区感都存在正相关,距离公园越近、参观公园的频率越高,社区成员的社区感就越高。Ozkan 等人(2019)发现物理环境及物理环境提供的社会设施等均对社区成员的社区感有影响 [24]。社区成员与一个地方建立了功能联系,他

们的物质需要和社会需要就能得到满足,从而建立起一种社会联系,产生社区感。因而,探究对社区感有积极作用的物理环境对研究者而言是一项重要的任务。Hanieh 等人(2019)认为社区成员周围的建筑均有其附加意义,这种附加意义会对个体的行为产生影响。人们在一个社区内进行更多的互动、合作、共享可以带来有益的结果:这些社交行为能够增强个体的社区感,增强对社区的依恋感,并改善人们之间的信任水平(安全感)[25]。

Allison 和 Mark(2019)在控制人口统计学特征、社会文化特征和社区特征的基础上,对体育运动行为、社区环境和社区感的关系进行分析,发现体育运动行为和社区感呈正相关,社区环境和社区感呈正相关[26]。Scotto 等人(2019)认为,社区感是一种使社区成员的需求得到满足的工作资源,是激发社区成员活力的一个重要的组成部分。体育活动可以促进社区成员自我资源的恢复,从而提高个体的活力体验,增强个体的社区感。即一个充满活力的机体状态可能更有利于个体体验到社区感[27]。

分析国内外学者的研究结果,我们认为可以将社区感的影响因素概括为个体因素和社区因素两类。

3.1 影响社区感形成的个体因素

3.1.1 与社区的联结时间

成员与社区的联结时间是社区感产生与发展的前提之一。随着联结时间的增长,社区成员逐渐适应社区,某些需要也在社区中得到了满足,社区感显著提高。牟丽霞(2007)发现居住时间越长,城市居民的社区感越强[11];俞建华(2012)也得到了相同的结果[12]。周佳娴(2011)的研究却显示居住时间较长的社区成员反而拥有较弱的社区感[13]。我们认为,之所以会得出不同的结果,可能是由于与社区相关的负性事件可以破坏社区成员的需求满足,降低了社区成员对社区的满意度,从而减弱了社区成员的社区感。

3.1.2 年龄

在关系相对并不密切的社区特别是城市居民社区中,老年人可能相对于年轻人有较高水平的社区感,其外在表现为相对较低水平的流动率。老年人可能

因为身体老化，退休之后无需工作等原因长时间的生活在社区之中，因此产生了较高水平的社区感。在关系密切或者有共同追求的社区中，社区成员之间的联系比较紧密，相处时间比较长，因此不同年龄的社区成员的社区感差异不显著。

3.1.3 性别

性别对社区感的影响是通过不同性别个体的生理、心理、社会等特征与社区性质的匹配程度来表现的。例如张灏的研究表明，女性大学生的社区感显著高于男性大学生 [22]，可能是由于女性相对于男性而言更加细腻、沉稳，更能适应学校社区的生活方式，因而更易产生学校归属感，社区感亦更高。

3.1.4 信仰

宗教信仰和政治信仰中都蕴含了积极正向的处世态度和行为准则，信徒会以信仰来严格要求自己，积极面对负性事件并进行社会互动，使个体产生更高水平的社区感。例如中国共产党员，时时刻刻重视自身的榜样作用，积极主动与社区成员互动并参与到社区建设当中去。由此看来，有信仰的社区成员社区感水平更高。

3.1.5 受教育情况

受教育情况在不同的社区中发挥着不同的作用。例如在城市居民社区中，受教育水平与社区感负相关。受教育水平越高，意味着与社区联结的时间越短。城市居民社区与个体之间的情感联结本就较弱，因而其社区感的强度就相对越低。对于农村社区而言，社区成员对于社区的依恋程度较高，因而受教育程度越高，其自我效能感相对于受教育程度低的个体而言更高，更加期望能够为社区作出贡献，因而其社区感也就相对较强。不同专业类别对社区感也有影响，例如史学，其知识的性质可能使个体产生人文倾向，使用感性的思维方式，这种专业的学生更可能产生相对较高水平的社区感。物理学则强调科学的理性思维，其对于社区感的形成和发展可能没有太大的影响。

3.1.6 人格特征

不同的人格理论对人格特征有不同的界定，但总体而言都可以分为内倾和外倾两大类。外倾型人格指向外部环境，倾向与人交流；内倾型人格指向内部体验，倾向于独处。因而不同的人格特征会影响到个体社会交往的意愿和程度，

可能会影响到个体对社区内其他成员的情感联结的强度，也可能影响到个体对社区内其他成员的信任，从而影响个体社区感的发展。

3.1.7 个体的心理健康水平

心理健康的个体可能会以积极的态度去和他人互动，更加关注事物积极的方面，更有可能提升其社区感；心理不健康的个体可能排斥与他人进行互动，从而抑制社区感的产生。例如自闭症，它的一个核心症状就是极端的孤立，患者存在语言表述的障碍，因此患者的社会互动行为和语言交流存在较大的障碍 [28]，[1] 张灏和牟丽霞的研究都显示社区感与孤独症负相关。

3.1.8 个体的生理健康水平

生理健康水平既间接、又直接地影响社区感。首先，生理的缺陷会影响个体的心理健康。存在生理障碍的个体比一般个体更加敏感，倾向于考虑人和事物的消极方面，且更加愿意独处并排斥群体性活动，从而抑制其社区感的提升。其次，个体的精力受生理健康影响且两者大体上呈正相关，而精力不济的个体没有足够的生理资源去进行社会互动，从而影响其社区感的产生与提升。

3.2 影响社区感形成的社区因素

3.2.1 社区环境

社区的物理环境会影响社区成员对社区的满意度，归根结底在于社区环境是否满足社区成员的需要。美好的社区物理环境能够给成员带来愉悦的心理体验，社区的基础设施能够满足社区成员的生活需求；社区的安全设施能够给予社区成员安全感，这些都有助于提升社区成员对社区的满意度，进而使其形成社区感。

3.2.2 社会互动

社会互动是形成和强化社区感的关键影响因素。社区成员通过社交产生与其他社区成员的情感联结、有意义的经历和回忆，从而增强对社区的满意度，提升其社区感水平。这是一个整体性社区感提升的路径。Li 等人（2011）通过定性研究发现，地震后进行更多社会互动的老年幸存者会迅速产生较强的社区感 [16]。Solomon 等人（1996）发现，强调合作学习和以学生为中心的教学与

课堂管理可使学生产生更高水平的学校社区感 [29]。

3.2.3 社区对个体的意义

不同的社区对于个体而言有不同的意义，例如学校社区对于大多数个体而言意味着美好的校园生活和知识的获取、能力的提升；故乡社区意味着童年的美好记忆和中国人“落叶归根”的价值承载；兴趣小组意味着快乐的源泉等等。社区对个体的独特意义是个体产生社区感的重要影响因素，能够加强个体与社区的心理联结，也能够满足个体的某些心理需要。如果一个社区对于个体的意义不大，那么个体只会产生较低水平的社区感，甚至不会为之产生社区感。

4 社区感的培养

4.1 基于社区成员

社区感对个体的身心健康与能力素质的提升有着重要的价值，社区成员应充分发挥其自主性，积极参与到社区感的培养当中去。

4.1.1 保持身心健康

考虑生理健康的一个重要的原因是人的精力问题。人在精力旺盛的情况下更可能保持愉悦的心情并采取积极的态度，主观上愿意与他人交流互动，也有足够的心理资源去进行社会交往；而当人处于精力衰弱的状态时，其心理资源有限，也许就只能顾及到自身相关的事物，对外界的事物产生排斥，从而拒绝社会性互动。因此采取措施促使个体保持相对较高的精力水平会对社区感的形成产生积极的影响。正常的生活作息、合理的饮食和适当的运动等方式都有利于个体精力的恢复和保持。

心理健康对于个体提升其社区感也是一个重要的方面。个体应正确认识负面事件或者压力源，转变自己的认知策略，不要局限于负性事件对自身和环境的消极影响，而要发掘其更深层次的意义，聚焦克服压力后能够获得什么，或者什么样的行为方式能从根源上解决负性事件。同时，个体还可以通过积极事件产生的积极效应压制负性心理体验，参与使自己产生积极情绪体验的活动，从而维持心理健康水平 [30]。

一旦社区成员精力充沛、心情愉悦，他们就更有可能会参与到社区事务之中，并在参与社区事务的过程中培养和提升自己的社区感。

4.1.2 发掘社区的价值

社区对于个体而言意味着，伴随愉悦心理体验的经历、能力的提升、优质的人际交往环境、社会支持的获得途径等。在同一社区中个体会会有不同形式的收益，但个体之间存在着差异。例如在学校社区中，有的成员能力显著提升，但人际交往较弱；有的成员能力显著提升，交友广泛，还获得较高的声誉。因此，个体发掘并理解社区的意义有助于提升其对社区的认同感，增强其对社区的依赖感，进而促进其社区感的形成和发展。

4.1.3 提高参与社区活动的频率

个体在社区中获益的同时，还要参与到社区建设、社区管理和社区人际交往等社区活动当中去。高频率的参与社区活动使个体能够更了解社区、维护社区，建立与社区及其他社区成员的情感联结。在此基础上产生积极的心理体验，相信社区能够使自己的某些需要得到满足并产生对社区的依赖感。

4.2 基于社区管理者

社区感能够促进社区成员的互动频率和质量，增强社区的凝聚力和竞争力，从而提升社区的生命力。对社区管理者而言，培养社区成员的社区感是其义不容辞的任务。

4.2.1 关心社区成员的身心健康

社区管理者可以建设相应的设施，通过宣传甚至是强制执行的方式使得个体或主动或被动地参与到提升自己精力的体育活动当中去。例如在工作场所，企业可以为员工提供健身房、休息室供员工使用；在学校社区，通过张贴标语宣传健康的生活作息和饮食习惯，鼓励学生运动，甚至组织全员参与的运动项目。

对于社区成员的心理健康，社区管理者应该采取两个层次的措施：其一，预防负性心理的产生。针对所有社区成员，社区管理者应做好日常的心理健康教育宣传和定期的心理测评等等；针对特殊人群，由于生理缺陷导致其心理敏感性高，也更容易产生消极心理，社区管理者应予以高度关注。其二，负性心

理的疏导与治疗。要想维持心理健康，就必须消除负性心理。有效的措施是情绪宣泄或专业人士的疏导与治疗，因而设立专门的心理疏导与治疗场所是社区管理者必须考虑的。

4.2.2 社区建设与管理

社区建设的目的在于更好地满足社区成员的需要，提升社区成员的满意度，并在此基础上促进其社区感的提升。

改造与维护社区环境可使社区成员获得更好的体验，提升其对社区的满意度。同时，社区管理者还要考虑到社区成员之间的差异性，策划建设不同功能的设施以满足不同成员的不同需要。社区管理者更应重视社区安全，为社区居民提供安全的环境，并借此提升其社区安全感，使其产生社区归属感。社区管理者还可以发掘社区成员共同的追求并与社区成员一道建构社区的共同目标，并在实现这一目标的过程中使社区成员产生心理的共鸣，自觉参与到社区活动之中。

4.2.3 赋权

社区管理者应该给予成员参与管理的权力。对于重要的社区活动，社区管理者应该予以公示，使社区成员了解相关；对于重大决策，社区管理者应该考虑成员的意见。以此改变社区成员的角色定位，增强社区成员的责任感并提高社区成员的主人翁意识。这样就能转被动为主动，促进社区成员参与到社区活动当中去，加强个体与社区以及其他社区成员的联结，从而提高成员的社区感。

4.2.4 提高社区活动的效果

社区活动是提升社区成员社区感的关键措施，因而社区管理者应该尽可能的提高社区活动的效果。在活动前，社区管理者需要对社区成员进行动员。首先是通知到位，让每一个社区成员都了解活动的相关信息；其次是具有吸引力，让社区成员相信在活动中能够获得收益。在活动中，社区管理者可以聘请专业人员管理活动，促进社区成员的互动，并使之产生愉悦的心理体验。在活动后，社区管理者应该收集社区成员的反馈信息，了解活动的效果，为下次的活动积累经验。

社区感不仅是社区成员积极的心理体验，也是将社区成员凝聚成一个共同

体的关键因素，因而社区感是社区成员和社区共同追求的目标。它既能够满足社区成员的需要，也有利于社区的稳定和发展。在将社区感的理论应用于社区的具体实践中时，我们更应注重通过社区成员和社区的通力协作来培养社区成员的社区感，实现社区成员和社区的双赢。

参考文献

- [1] 陈永胜, 牟丽霞. 西方社区感研究的现状与趋势 [J]. 心理科学进展, 2007 (1): 169-173.
- [2] McMillan D W, Chavis D M. Sense of community: A definition and theory [J]. Journal of Community Psychology, 1986, 14 (1): 6-23.
[https://doi.org/10.1002/1520-6629\(198601\)14:1<6::AID-JCOP2290140103>3.0.CO;2-I](https://doi.org/10.1002/1520-6629(198601)14:1<6::AID-JCOP2290140103>3.0.CO;2-I)
- [3] Ahlbrant R S, Cunningham J V. A new public policy for neighborhood preservation [M]. New York: Praeger, 1979.
- [4] 李须, 陈红, 李冰冰, 等. 社区感: 概念、意义、理论与新热点 [J]. 心理科学进展, 2015, 23 (7): 1280-1288.
- [5] 凌辉, 钟妮, 张建人. 西方青少年社区感的研究进展及其启示 [J]. 中国临床心理学杂志, 2015, 23 (5): 826-830.
- [6] García I, Giuliani F, Wiesenfeld E. Community and sense of community: The case of an urban barrio in Caracas [J]. Journal of Community Psychology, 1999, 27 (6): 727-740.
[https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6629\(199911\)27:6<727::AID-JCOP7>3.0.CO;2-Y](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6629(199911)27:6<727::AID-JCOP7>3.0.CO;2-Y)
- [7] Gusfield J R. Community: A critical response [J]. Contemporary Sociology, 1975, 5 (6): 826-828. <https://doi.org/10.2307/2063167>
- [8] Wiesenfeld E. The concept of "we": A community social psychology myth? [J]. Journal of Community Psychology, 1996, 24 (4): 337-346.
[https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6629\(199610\)24:4<337::AID-JCOP4>3.0.CO;2-R](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6629(199610)24:4<337::AID-JCOP4>3.0.CO;2-R)

- [9] McMillan D W. Sense of community [J] . Journal of Community Psychology, 1996, 24 (4) : 315-325.
[https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6629\(199610\)24:4<315::AID-JCOP2>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6629(199610)24:4<315::AID-JCOP2>3.0.CO;2-T)
- [10] Edwin G, Baur J W R, Eddie H, et al. Urban Parks and Psychological Sense of Community [J] . Journal of Leisure Research, 2015, 47 (3) : 388-398.
<https://doi.org/10.1080/00222216.2015.11950367>
- [11] 牟丽霞. 城市居民的社区感：概念、结构与测量 [D] . 浙江师范大学, 2007.
- [12] 俞建华. 农村居民社区感：结构与测量 [D] . 浙江师范大学, 2012.
- [13] 周佳娴. 城市居民社区感研究——基于上海市的实证调查 [J] . 甘肃行政学院学报, 2011 (4) : 56-71+127.
- [14] 武雪婷, 陈传锋, 沈斌表. 城市外来务工人员社区感结构探索及其中介作用检验 [J] . 心理研究, 2009, 2 (5) : 44-48.
- [15] 刘视湘, 董洪杰. 农转居居民社区感问卷的编制 [J] . 中国临床心理学杂志, 2019, 27 (1) : 44-48+62.
- [16] Li Y, Sun F, He X, et al. Sense of community and depressive symptoms among older earthquake survivors following the 2008 earthquake in Chengdu China [J] . Journal of Community Psychology, 2011, 39 (7) : 776-785.
<https://doi.org/10.1002/jcop.20469>
- [17] Prati G, Cicognani E, Albanesi C. The influence of school sense of community on students'well-being: A multilevel analysis [J] . Journal Of Community Psychology, 2018, 46 (7) : 917-924. <https://doi.org/10.1002/jcop.21982>
- [18] Lardier D T, Opara I, Bergeson et al. A study of psychological sense of community as a mediator between supportive social systems, school belongingness, and outcome behaviors among urban high school students of color [J] . Journal Of Community Psychology, 2019, 47 (5) : 1131-1150.
<https://doi.org/10.1002/jcop.22182>

- [19] Riyana M, Mark E. Trust, sense of community, and civic engagement: Lessons from Australia [J] . Journal of Community Psychology, 2019, 47 (2) : 254–271. <https://doi.org/10.1002/jcop.22119>
- [20] Royal M A, Rossi R J. Individual–level correlates of sense of community: Findings from workplace and school [J] . Journal of Community Psychology, 1996, 24 (4) : 395–416.
[https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6629\(199610\)24:4<395::AID-JCOP8>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6629(199610)24:4<395::AID-JCOP8>3.0.CO;2-T)
- [21] Yongjun S, Sun P H, Soo H S, et al. Information–seeking tactics and sense of workplace community in Korea [J] . Journal of community psychology, 2018, 46 (7) : 856–870. <https://doi.org/10.1002/jcop.21977>
- [22] 张灏. 大学生社区感研究 [D] . 四川师范大学, 2010.
- [23] 朱振中, 李晓丹, 梁美丽. 虚拟社区感研究述评与展望 [J] . 外国经济与管理, 2014, 36 (4) : 36–46.
- [24] Özkan D G, Özkan S D, Akyol D. Place Satisfaction, Place Attachment and Sense of Community in Neighborhoods: A Case Study on Trabzon, Turkey [J] . Management Research & Practice, 2019, 11 (3) : 31–40.
- [25] Molana Hanieh H, Adams Richard E. Evaluating sense of community in the residential environment from the perspectives of symbolic interactionism and architectural design [J] . Journal of Community Psychology, 2019, 47 (7) : 1591–1602. <https://doi.org/10.1002/jcop.22214>
- [26] Ross A, Searle M. Age Related Differences in Neighborhood Sense of Community: Impacts of the Neighborhood Environment and Leisure Time Physical Activity [J] . International Journal of Community Well–Being, 2019, 2 (1) : 41–59. <https://doi.org/10.1007/s42413-019-00018-w>
- [27] Silvia S L, Sandrine I G, Clément G, et al. Exploring the relationship between sense of community and vigor in workplace community: The role of needs satisfaction and physical activity [J] . Journal of community

- psychology, 2019, 47 (6) : 1419-1432. <https://doi.org/10.1002/jcop.22195>
- [28] 贾林祥. 自闭症儿童的语言障碍及其形成原因 [J] . 徐州师范大学学报 (哲学社会科学版) , 2007 (4) : 100-104.
- [29] Solomon D, Watson M, Battistich V, et al. Creating classrooms that students experience as communities [J] . American Journal of Community Psychology, 1996, 24 (6) : 719-748. <https://doi.org/10.1007/BF02511032>
- [30] 王振宏, 王永, 王克静, 等. 积极情绪对大学生心理健康的促进作用 [J] . 中国心理卫生杂志, 2010, 24 (9) : 716-717.