

中华民族共同体意识对大学生心理健康的影响： 自我同一性的中介作用

张小梅¹ 何潇雯²

1. 内蒙古财经大学心理健康教育中心，呼和浩特；

2. 华东师范大学心理与认知科学学院，上海

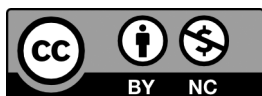
摘要 | 目的：研究中华民族共同体意识、大学生心理健康与自我同一性之间的关系，以及自我同一性在中华民族共同体意识和大学生心理健康关系中的中介作用。方法：采用中华民族共同体意识量表、大学生心理健康量表和自我同一性量表，通过方便取样方法，对612名在校大学生进行调查。运用中介效应模型分析中华民族共同体意识、大学生心理健康与自我同一性之间的关系。结果：（1）中华民族共同体意识与大学生心理健康呈正相关（ $r=0.12$, $p<0.01$ ），与自我同一性呈正相关（ $r=0.57$, $p<0.01$ ）；自我同一性与大学生心理健康呈正相关（ $r=0.19$, $p<0.01$ ）。（2）自我同一性在中华民族共同体意识与大学生心理健康间存在中介效应[0.43, 95% CI (0.16, 0.78)]。结论：中华民族共同体意识通过提升自我同一性间接促进心理健康水平。建议高校教育工作者通过强化中华民族共同体意识与自我同一性培养，优化大学生心理健康干预策略。

关键词 | 中华民族共同体意识；心理健康；自我同一性；中介效应

Copyright © 2026 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/>



自2014年第二次中央新疆工作座谈会提出“牢固树立中华民族共同体意识”以来，党的十九大将“铸牢中华民族共同体意识”正式写入党章，党的二十大报告进一步强调“以铸牢中华民族共同体意识为主线，加强和改进党的民族工作”。由此，铸牢中华民族共同体意识已成为新时代党的民族工作的核心命题（李雅宁，杨伊生，2022）。中华民族共同体意识，是在中华民族共同体建设过程中形成的集体心理认同感，即社会成员对中华民族的认同及承担中华民族责任的心理基础（文丰安，2025）。铸牢中华民族共同体意识对于维护各民族

根本利益、实现中华民族伟大复兴、巩固和发展平等、团结、互助、和谐的社会主义民族关系具有不可替代的重要意义。因此，学界从政治、社会等多学科角度对中华民族共同体意识的内涵与意义进行了深入探讨。随着研究的深化，已有学者关注到，整合心理学学科力量，探讨中华民族共同体意识对个体层面的心理健康的重要影响，是极其重要且必要的（王亚鹏，2002；王荣，祖力亚提·司马义，2023；万明钢等，2012）。心理健康是指一种有活力、积极的内心体验与状态，能够有效地发挥个人身心潜力和积极社会功能（刘华山，2001）。

基金项目：内蒙古自治区教育科学研究“十四五”规划课题（NGJGH2024493）。

通讯作者：张小梅，内蒙古财经大学助理研究员，研究方向：大学生心理健康教育。

文章引用：张小梅，何潇雯。（2026）。中华民族共同体意识对大学生心理健康的影响：自我同一性的中介作用。《中国心理学前沿》，8(1)，8-13。

<https://doi.org/10.35534/pc.0801002>

大学生作为实现中华民族伟大复兴的主力军，正处于成长成才的关键时期，面临着学业压力、情绪调适、人际交往和就业等多重挑战，因此心理健康对于大学生的发展至关重要。在此背景下，本研究旨在探究中华民族共同体意识对大学生心理健康的影响及其机制，为高校深入推进铸牢中华民族共同体意识，切实加强大学生心理健康教育工作提供理论依据和实践参考。

铸牢中华民族共同体意识对于促进大学生心理健康具有显著的积极影响。根据社会认同理论，个体普遍具有寻求积极社会认同的内在需求，那些积极评价自身所属群体的成员，通常表现出更高的自尊水平和更良好的心理健康状态（万明钢等，2012；Turner J C & Tajfel H, 1986）。已有西方社会心理学研究大都将民族认同视为是社会认同的一个成分。在我国，“民族”（Nation）一词既指中华民族统一体，又包含这一统一体内的各民族（史慧颖等，2007）。从心理学视角来看，中华民族共同体意识是各族人民对“中华民族”这一共同体的反映（李静，强健，2021），其本质是各民族成员对其共有身份的认同意识，涵盖认知、情感、意志和行为多个维度（李雅宁，杨伊生，2022）。对中华民族共同体具有高度认同的大学生能够从民族荣誉感和群体归属感中获得积极情感体验，缓解压力、焦虑等负面情绪，促进心理健康的稳步发展。相关实证研究也表明，民族认同感高的个体普遍具有更高的心理健康水平（史慧颖等，2007）。故此本研究提出假设H1：中华民族共同体意识可以正向预测大学生心理健康。

当前仅有少量研究证实了铸牢中华民族共同体意识与心理健康之间存在关联，但关于其影响心理健康水平的内在机制仍有待深入探讨。基于埃里克森的自我同一性理论，自我同一性在大学生身份认同的发展和心理健康的促进过程中具有关键作用（Erikson E H, 1998；路翠艳等，2021）。自我同一性是指个体对过去、现在、将来“自己是谁”及“自己将会怎样”的一种稳定连续且独特的主观感觉和体验（周红梅，郭永玉，2006），其本质上是个体在人格发展上的连续性、成熟性和统合感（路翠艳等，2021）。自我同一性可能在铸牢中华民族共同体意识与心理健康之间起中介作用。一方面，中华民族共同体意识有助于提升大学生的自我同一性水平。社会认同理论指出，社会认同是自我概念的重要组成部分（Turner J C & Tajfel H, 1986）。铸牢中华民族共同体意识的核心在于引导各族群众牢固树立休戚与共、荣辱与共、生死与共、命运与共的共同体理念，增强对伟大祖国、中华民族、中华文化、中国共产党和中国特色社会主义的认同感。这种高度的民族、文化和制度认同不仅促进了个体对中华民族身份的归属感，也推动其自我身份意识的发展，两者在互动中共同促进自我同一性的形成与提升（王智慧，2023；梁兆楨，2022）。王向女和曹慧（2024）的研究亦表明，在铸牢

中华民族共同体意识的过程中，通过构建中华民族的共同记忆脉络以及对中华民族所形成的情感依附，能够有效促进个人在中华民族群体中形成积极的自我身份认同。另一方面，自我同一性可以促进大学生心理健康的发展。沃特曼（Waterman, 1992）指出，自我同一感是实现最佳心理功能的重要基础，有助于提升个人幸福感、实现个人目标、获得社会认可，并推动社会建设。张斌和李爽（2021）认为，大学生自我同一性的建立有助于深入探索自我意识，促进自我认知和自我角色等的发展水平，进而促进其身心的全面发展。此外，石杨和刘好（2008）指出，自我同一性的形成意味着个体自我力量的增强、自我意识和自我概念的明晰，有助于个体积极人格特质的养成及认知能力与心理健康水平的提升。基于以上理论与实证依据，本研究提出假设H2：自我同一性在中华民族共同体意识与心理健康之间起中介作用。

1 对象与方法

1.1 研究对象

本研究以内蒙古某所本科院校大学生为研究对象，通过网络平台发放问卷650份，剔除作答时间超过 ± 3 个标准差外的数据，剩余有效问卷612份，有效率为94.15%。其中男生为281人，女生为331人，被试的平均年龄为19.64（SD=1.26）。

1.2 研究工具

1.2.1 中华民族共同体意识量表

采用陈立鹏和薛璐璐（2021）编制的中华民族共同体意识量表，共有18道题目，包括认知、情感、意志三大维度，每个维度有6个项目。量表采用5点计分（1=非常不认同，5=非常认同），得分越高代表中华民族共同体意识越强（例如，“中华民族的发展与我们各民族的发展息息相关”“我对中华民族有着深刻的依恋之情”“无论何时，只要中华民族团结一心，必定能战胜困难”）。本研究中该量表的Cronbach's α 为0.98。

1.2.2 自我同一性量表

采用加藤厚（1983）编制，张日昇（2000）修订的自我同一性量表。该量表共有12个项目，包括过去危机、现在投入和将来愿望三个维度，根据三维度的得分可以判断自我同一性地位，得分越高地位越高（例如，“我正在为实现自己的目标而努力”）。采用6点计分，从1“完全不符合”到6“完全符合”。本研究中的量表内部一致性信度为0.96。

1.2.3 一般健康问卷

采用Goldberg（1978）编制、李虹和梅锦荣（2002）修订的GHQ-20问卷，通过学生自评了解其心理健康状况。该问卷共有20个项目，分为自我肯定、忧郁和焦虑

三个维度。被试回答“是”计1分，回答“否”计0分，其中第7、10题为反向计分题。1至9题为自我肯定分量表，得分越高表明自我肯定程度越高；10至15题和16至20题分别为忧郁和焦虑分量表，得分越高表示忧郁和焦虑程度越高。最后，将自我肯定分量表反向计分，与忧郁、焦虑分量表得分相加，得到心理健康总分。分数越高表明心理健康水平越低。Cronbach's α 系数为0.88。

1.3 统计学处理

采用SPSS 27.0和Hayes的PROCESS进行相关分析、中介检验等分析，本研究使用SPSS 27.0进行相关分析，使用Hayes的SPSS宏程序PROCESS，选取模型4对中介模型进行检验（Hayes A F, 2017）。采用Harman单因素检验法，判定是否存在共同方法偏差（Podsakoff P M, 1986），检验水准 $\alpha = 0.05$ 。

2 结果

2.1 共同方法偏差

为减少共同方法偏差的影响，本研究在施测时采用匿名方式并强调了保密原则。此外，采用Harman单因子检验进行共同方法偏差检验。将中华民族共同体意识、自我同一性、心理健康的所有项目纳入探索性因素分析，结果显示，特征根大于1的因素共7个，第一个因素解释的累计变异量为43.6%，小于50%的临界值（Podsakoff P M, 1986），表明本研究中不存在严重的共同方法偏差。

2.2 中华民族共同体意识、自我同一性和心理健康的相关分析

相关分析结果如表1所示，大学生中华民族共同体意识与自我同一性、心理健康均呈显著正相关（ $r=0.57$, $p<0.01$; $r=0.12$, $p<0.01$ ）；大学生自我同一性与心理健康均呈显著正相关（ $r=0.19$, $p<0.01$ ）。

2.3 自我同一性的中介效应检验

本研究采用SPSS宏程序PROCESS 4.1中的Model4进行中介效应检验（Hayes A F, 2017）。依次检验结果如表2所示。中华民族共同体意识显著正向预测自我同一性（ $\beta = 0.57$, $p<0.001$ ）；中华民族共同体意识正向预测心理健康（ $\beta = 0.01$, $p>0.05$ ）；自我同一性能显著正向预测心理健康（ $\beta = 0.18$, $p<0.01$ ）。

采用偏倚校正的Bootstrap法检验中介效应假设。由表3可知，中华民族共同体意识对心理健康直接效应的95% CI上下限为[-0.36, 0.43]，包含0；而自我同一性中介效应的95% CI上下限为[0.16, 0.78]，不包含0，中介效应值为0.43，占总效应的99.47%，说明自我同一性在中华民族共同体意识和心理健康之间起完全中介作用。直接效应和中介效应分别占总效应的比例分别是6.53%和99.47%。中介效应路径图如图1所示。

表 1 变量平均值、标准差和相关系数

Table 1 Mean, standard deviation, and correlation coefficient of variables

变量	M	SD	1	2	3
中华民族共同体意识	4.76	0.90	1		
自我同一性	5.15	1.17	0.57**	1	
心理健康	17.05	3.77	0.12**	0.19**	1

注：* $p<0.05$ ，** $p<0.01$ ，*** $p<0.001$ 。

表 2 中华民族共同体意识、自我同一性对心理健康的回归分析

Table 2 A regression analysis of the Chinese national community consciousness and self-identity on mental health

因变量	预测变量	R ²	F	标准化系数 (β)	t
自我同一性	中华民族共同体意识	0.33	99.38	0.57	17.19***
心理健康	中华民族共同体意识	0.05	7.65	0.01	0.16
	自我同一性			0.18	3.69**

表 3 中介作用检验

Table 3 Mediation effect test

效应类型	效应值	95% CI		标准误 SE	相对效应
		下限	上限		
间接效应	0.43	0.16	0.78	0.16	99.47%
直接效应	0.03	-0.36	0.43	0.26	6.53%
总效应	0.46	0.13	0.78	0.17	100%

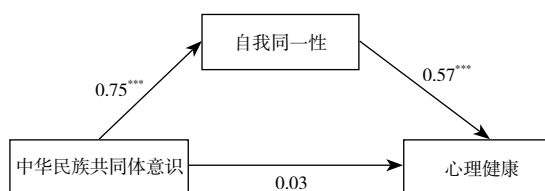


图 1 自我同一性在中华民族共同体意识与心理健康的中介效应路径图

Figure 1 Path diagram of the mediating effect of self-identity on the sense of community and mental health among the Chinese nation

3 讨论

本研究采用问卷调查法，分析了中华民族共同体意识对大学生心理健康的影响，以及自我同一性在二者之间的中介作用。

3.1 大学生中华民族共同体意识和心理健康的关系

与假设H1一致，本研究结果表明，中华民族共同体意识与大学生心理健康水平呈正相关，大学生的中

中华民族共同体意识水平越高，其心理健康状况越好，这与前人的研究结果基本一致（史慧颖等，2007；喇维新，2003；李金星，2023）。例如，喇维新（喇维新，2003）的研究发现，回族大学生的民族认同与其心理健康水平之间存在显著相关，民族认同积极组大学生的心理健康水平显著高于民族认同消极组大学生。作为一种积极的社会认同，中华民族共同体意识不仅能够增强大学生的归属感和自我价值感，还能提升其在面对学习、人际交往及就业等压力情境时的心理韧性。当大学生面临生活和学业中的困难与挑战时，较强的民族共同体认同有助于激发其主动寻求支持与自我调节，减少孤立无助感和负性情绪的产生，从而有效降低心理健康问题的发生风险。此外，中华民族共同体意识还可以通过弘扬民族文化、增强理想信念，进一步促进大学生健康人格和积极心理品质的发展。值得注意的是，当前高校和社会对铸牢中华民族共同体意识的重视，为大学生心理健康提供了坚实的文化和制度保障，有力推动了其全面发展和健康成长。

3.2 自我同一性的中介作用

本研究发现，自我同一性在中华民族共同体意识与大学生心理健康之间起到中介作用，从而验证了假设H2。具体而言，中华民族共同体意识水平较高的大学生更倾向于形成稳定、积极的自我同一性，这有助于其在面对成长压力、学习挑战、人际关系等问题时增强自我调适与抗压能力，从而更好地维护心理健康。该发现与既有研究结果相一致。于红艳和唐晓勇提出，通过实施“五大认同”思想政治教育，有助于引导大学生形成对祖国、民族、文化、政党和道路的高度认同，这既是思想政治教育的核心目标之一，也是大学生自我建构和个性成长的重要路径（于红艳，唐晓勇，2023）。唐辉一等（2020）的研究进一步证实，对中华民族的认同能够显著正向预测个体的自我认同水平，民族认同感越强，个体的自我认同感也越高。在自我同一性对心理健康的作用方面，韦蔚等（韦蔚等，2014）发现，大学生对现在和将来自我的投入愿望，与心理健康的各项指标（如抑郁、焦虑等）呈显著负相关，说明自我同一性的提升有助于减少心理健康问题。自我同一性的提升，有助于大学生实现自我整合和心理适应，进而促进其心理健康的良性发展（周红梅，郭永玉，2006；曾庆，陈英，2011；Crocetti E，2017）。总体而言，本研究通过实证检验自我同一性的中介作用，丰富了中华民族共同体意识促进大学生心理健康的理论阐释。基于此，高校教育工作者应重视中华民族共同体意识的培育和思想引领，通过深化爱国主义教育、增强文化自信、丰富校园活动等方式，引导大学生树立共同体理念，促进自我同一性发展，提升大学生的心理健康水平。

3.3 研究不足与展望

首先，本研究采用横断面调查设计，难以明确推断中华民族共同体意识、自我同一性与心理健康三者之间的因果关系。未来研究可采用纵向设计，从动态发展的角度考察各变量之间的变化及其影响机制。其次，本研究样本主要来源于内蒙古某所本科院校，样本分布存在一定的地区和结构偏差，建议后续研究通过分层随机抽样等方式提升样本代表性。最后，考虑到不同性别和民族背景可能对中华民族共同体意识及心理健康产生不同影响，本研究未对性别或少数民族学生进行分组分析，未来研究可进一步扩大样本范围，深入探索性别、民族等人口学变量对模型路径的调节作用。

综上所述，本研究验证了自我同一性在中华民族共同体意识与大学生心理健康之间的中介作用，对大学生心理健康教育具有积极意义。高校教育工作者可以通过加强中华民族共同体意识教育，帮助大学生深入理解中华民族共同体理念，提升其民族认同感；同时，注重促进大学生自我同一性的健康发展，支持其形成稳定积极的自我认知和身份认同。这些研究结果有助于深入理解影响大学生心理健康的关键因素，为高校有针对性地开展心理健康促进和思想政治教育工作提供理论依据和实践参考，进一步推动大学生健康成长与全面发展。

参考文献

- [1] 李雅宁, 杨伊生. (2022). 民族信任铸牢中华民族共同体意识的心理路径. *西南民族大学学报(人文社会科学版)*, 43(9), 203-210.
- [2] 文丰安. (2025). 铸牢中华民族共同体意识: 时代意义、现实挑战及实践进路. *烟台大学学报(哲学社会科学版)*, (2), 10-20.
- [3] 王亚鹏. (2002). 少数民族认同研究的现状. *心理科学进展*, (1), 102-107.
- [4] 王荣, 祖力亚提·司马义. (2023). 心理认同视阈下新疆各民族铸牢中华民族共同体意识研究. *贵州民族研究*, 44(5), 9-18.
- [5] 万明钢, 高承海, 吕超, 等. (2012). 近年来国内民族认同研究述评. *心理科学进展*, 20(8), 1237-1248.
- [6] 刘华山. (2001). 心理健康概念与标准的再认识. *心理科学*, (4), 480-481.
- [7] Turner J C & Tajfel H. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. *Psychology of Intergroup Relations*, 5, 7-24.
- [8] 史慧颖, 张庆林, 范丰慧. (2007). 西南地区少数民族大学生民族认同心理研究. *民族教育研究*, (2), 32-36.
- [9] 李静, 强健. (2021). 共同内群体认同视角下铸牢中华民族共同体意识研究. *西南民族大学学报(人文社会科学版)*, 42(10), 1-8.
- [10] Erikson E H. (1998). *The life cycle completed*. W. W.

- Norton & Company.
- [11] 路翠艳, 潘芳, 高媛媛. (2021). 大学生自我同一性发展与拖延的相关及团体干预研究. *心理学进展*, 11(9), 2099-2108.
- [12] 周红梅, 郭永玉. (2006). 自我同一性理论与经验研究. *心理科学进展*, (1), 133-137.
- [13] 王智慧. (2023). 认知、连接与团结: 铸牢中华民族共同体意识的理论机制——基于民族传统体育价值论域的建构与解释. *上海体育学院学报*, 47(8), 1-11.
- [14] 梁兆桢. (2022). 习近平关于文化认同重要论述的思想内涵及时代价值. *西华大学学报(哲学社会科学版)*, 41(5), 10-19.
- [15] 王向女, 曹慧. (2024). 中华民族共同体视域下档案参与自我身份认同构建的维度与路径. *北京档案*, (1), 13-18.
- [16] Waterman A S. (1992). Identity as an aspect of optimal psychological functioning. In *Adolescent identity formation* (pp. 50-72). SAGE Publications, Inc.
- [17] 张斌, 李爽. (2021). 自我同一性理论视域下大学新生心理健康教育工作思考. *北京教育(德育)*, (9), 77-80, 96.
- [18] 石杨, 刘好. (2008). 从埃里克森自我同一性理论探析我国青少年心理健康发展. *牡丹江教育学院学报*, (6), 85-86.
- [19] 陈立鹏, 薛璐璐. (2021). 基于心理测量学的中华民族共同体意识量表的编制. *中南民族大学学报(人文社会科学版)*, 41(2), 30-38.
- [20] 加藤厚. (1983). 大学生自我同一性诸相及其构造. *教育心理学研究*, (31), 20-30.
- [21] 张日昇. (2000). 同一性与青年期同一性地位的研究——同一性地位的构成及其自我测定. *心理科学*, (4), 430-434+510.
- [22] Goldberg D P. (1978). *Manual of the general health questionnaire*. National Foundation for Educational Research.
- [23] 李虹, 梅锦荣. (2002). 测量大学生的心理问题: GHQ-20的结构及其信度和效度. *心理发展与教育*, (1), 75-79.
- [24] Hayes A F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- [25] Podsakoff P M. (1986). Self-reports in organizational research: Problems and prospects. *Journal of Management*, 12(4), 531-544.
- [26] 喇维新. (2003). *西北回族大学生民族认同、心理健康与高教管理策略的研究* (硕士学位论文). 西北师范大学.
- [27] 李金星. (2023). *青少年中华民族共同体意识与主观幸福感的关系——自尊和自我效能感的链式中介作用* (硕士学位论文). 西北师范大学.
- [28] 于红艳, 唐晓勇. (2023). 新时代少数民族大学生“五个认同”生成机理与实现向路——基于自我认同与思想政治教育的交互逻辑分析. *民族学刊*, 13(8), 51-60+158.
- [29] 唐辉一, 张崇友, 倪磊, 等. (2020). 贵州省苗族大学生民族认同与自尊的关系——自我认同的完全中介作用. *心理技术与应用*, 8(5), 284-290+304.
- [30] 韦蔚, 崔滢, 庞玉静. (2014). 大学生自我同一性与心理健康、人格的相关研究. *吉林省教育学院学报(下旬)*, 30(9), 8-10+114.
- [31] 曾庆, 陈英. (2011). 大学新生自我同一性及心理健康状况分析. *中国临床心理学杂志*, 19(4), 546-547+550.
- [32] Crocetti E. (2017). Identity formation in adolescence: The dynamic of forming and consolidating identity commitments. *Child Development Perspectives*, 11, 1-7.

Mediating Effect of Ego Identity on the Relationship between Chinese National Community Consciousness and Mental Health in University Students

Zhang Xiaomei¹ He Xiaowen²

1. *Mental Health Education Center, Inner Mongolia University of Finance and Economics, Hohhot, Inner Mongolia*

Autonomous Region;

2. *School of Psychology and Cognitive Science, East China Normal University, Shanghai*

Abstract: Objective: This study examined the relationships among Chinese national community consciousness, mental health, and ego identity in college students, and explored the mediating role of ego identity in the relationship between Chinese national community consciousness and mental health. Methods: A convenience sampling method was used to survey 612 college students with the Chinese National Community Consciousness Scale, the College Students' Mental Health Scale, and the Ego Identity Scale. Mediation effect models were employed to analyze the relationships among Chinese national community consciousness, mental health, and ego identity. Results: (1) Chinese national community consciousness was positively correlated with mental health ($r = 0.12, p < 0.01$) and ego identity ($r = 0.57, p < 0.01$); ego identity was also positively correlated with mental health ($r = 0.19, p < 0.01$). (2) Ego identity played a mediating role in the association between Chinese national community consciousness and mental health [0.43, 95% CI (0.16, 0.78)]. Conclusion: Chinese national community consciousness indirectly promotes mental health by enhancing ego identity. It is suggested that university educators optimize interventions for college students' mental health by strengthening both Chinese national community consciousness and ego identity development.

Key words: Chinese national community consciousness; Mental health; Ego identity; Mediating effect