

社会支持对中学生抗挫折能力的影响： 一个链式中介效应模型^①

周天梅¹， 张权伟²， 王超颖¹

1. 四川师范大学 心理学院，成都 610068；2. 北京中公教育科技有限公司四川分公司，成都 610042

摘要：为探讨社会支持对中学生抗挫折能力的影响及自尊、自我效能感在其间的作用机制，采用社会支持问卷、抗挫折能力问卷、自尊量表、自我效能感量表对 967 名中学生进行测试。结果表明：中学生抗挫折能力与主观社会支持、支持利用度、自尊、自我效能感显著相关；主观社会支持正向预测抗挫折能力，客观社会支持负向预测抗挫折能力；自我效能感和自尊在主观社会支持和抗挫折能力的关系中具有部分中介作用，且存在主观社会支持→自我效能感→自尊→抗挫折能力的链式中介效应。认为主观社会支持能通过自尊和自我效能感影响抗挫折能力。

关键词：中学生；社会支持；抗挫折能力；自尊；自我效能感

中图分类号：B844

文献标志码：A

文章编号：1000-5471(2020)06-0088-09

青少年时期是矛盾心理凸显的时期，不具备成熟和完善的应对挫折的适应能力与心理防御机制^[1]，对青少年抗挫折的研究和科学引导，对其建立或提升抗挫折能力有着重要的意义。抗挫折能力是个体在挫折情境下，对挫折有正确认识、能在挫折中恢复正常情绪并产生战胜挫折的意志与行为等方面的能力^[2]，它表现在知、情、意、行 4 个方面，即挫折认知、情绪体验、坚韧性和行为取向，其中知是基础，情和意是动力，行是关键和外部表现，这四者相互联系、相互作用，构成了一个完整的心理特性^[3]。关于抗挫折能力的运作过程，环境-个体互动模型^[4]和身心平衡模型^[5]认为，抗挫折能力受到环境因素和自身因素的影响；社会支持主效应模型^[6]指出，压力情境下社会支持在个体情绪状态、身心状况的保持等方面，具有增益效应；社会支持缓冲器模型^[6]指出社会支持能缓冲挫折等对个体身心的负面影响。高程度的社会支持可预测更高的抗挫折能力、更强的适应能力和更少的情绪问题^[7]，父母、教师、同伴等提供的社会支持是青少年抗挫折能力发展的重要影响因素^[8]。由此可见，抗挫折能力要受社会支持这一环境因素的影响，本研究假设 1：社会支持对抗挫折能力有直接影响。

社会支持从性质上可分为客观社会支持和主观社会支持^[9]。不同性质的社会支持其影响不同，主观社会支持对员工心理压力有负向的预测作用，客观支持与员工心理压力无显著相关^[10]。本研究不仅考察社会支持对中学生抗挫折能力的预测作用，还将考察主观社会支持与客观社会支持对抗挫折能力的预测是否存在差异。

由环境-个体互动模型^[4]可推论，社会支持除了对抗挫折能力具有直接作用外，还可通过与个体自身因素的相互作用来影响抗挫折能力。其中，自我效能感和自尊可能是个体因素的 2 个重要方面^[11]。个体的

① 收稿日期：2019-07-18

基金项目：四川省哲学社会科学重点研究基地项目(CSXL-132008)。

作者简介：周天梅(1965—)，女，教授，主要从事青少年社会性发展与教育研究。

自我效能感会因他人的言语激励和情绪安抚(社会支持)而提高^[12],也就是个体得到的社会支持越多,其自我效能感越强。研究者也发现,大学生的社会支持与自我效能感呈显著正相关^[13],良好的社会支持会给学生带来更高的人际效能感与学业效能感^[14]。而自我效能感越高的个体,越倾向于选择富有挑战性的任务,其努力程度和坚持性也越强,同时拥有更好的情绪体验和维持积极情绪的状态^[15],并使其能力获得相应的发展。即自我效能感可从行为抉择、动机性努力、认知过程和情感过程这 4 个方面体现其对抗挫折能力的影响^[16]。由此,本研究提出假设 2:社会支持可以通过自我效能感这一变量来影响抗挫折能力。

自尊是个体关于自我价值的评价和体验,其核心成分包括自我胜任感和自我悦纳^[17]。而他人的尊重、理解等社会支持,可以增加个体对自己的喜爱、对自己能力的肯定,并使之感受到自身更强烈的价值感,即提高自尊水平^[18]。如,社会支持能显著地正向预测大学生的自尊水平,大学生的自尊水平随社会支持的增多而提高^[19]。当人们的自尊需求被满足时,它促使人们更加乐观积极,勇于追求更远大的目标,同时也表现出更为持久的坚持性,更积极的行为模式^[20]。即,自尊和抗挫能力之间存在显著的正相关关系^[21]。因此,本研究提出假设 3:社会支持可以通过自尊变量来影响抗挫折能力。

自我效能感与自尊是个体的一种自我评价,自我效能感针对“做事”,自尊针对“做人”^[20]。个体的自我效能感越高,对结果的预期与情感就越积极,因而会有更高的自我胜任感(自尊的核心成分之一)^[20],而且自我效能感还能增加个体对自己的肯定和积极评价,提升个体的自我喜爱能更愉快地接纳自己(自尊的核心成分之一)。也就是,个体的自我效能感越高,自尊水平就越高,自我效能感与自尊呈显著正相关,并对个体自尊水平的形成有着预测作用^[22]。因此,可以推论出自我效能感对提高自尊水平可能具有促进作用。结合假设 2,3,本研究提出假设 4:社会支持经自我效能感后再影响自尊,进而对抗挫折能力产生影响。

总之,本研究根据环境-个体互动模型^[4]和身心灵平衡模型^[5]的原理,结合社会支持、自尊和自我效能感来考察抗挫折能力的外部因素和内部因素的共同作用,从而进一步探究抗挫折能力发生的深层机制。据此,提出社会支持对抗挫折能力的影响的假设路径(图 1):①社会支持对抗挫折能力具有直接作用;②社会支持与抗挫折能力的关系受变量自我效能感的影响;③社会支持与抗挫折能力的关系受变量自尊的影响;④社会支持通过增强自我效能感,进一步增强自尊,进而影响抗挫折能力。

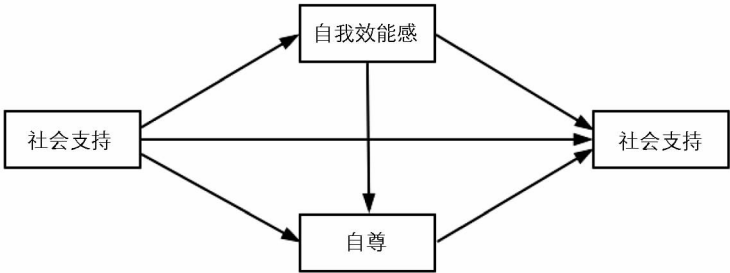


图 1 社会支持、自尊、自我效能感与中学生抗挫折能力关系的模型假设

1 方 法

1.1 被 试

采用团体整体施测的方式,从云南昆明、四川的西昌与自贡、西藏阿里、广州市各地分别抽取一所中学,共发放 1 000 份问卷,收回 992 份问卷,去除 25 份无效问卷,最后得到 967 份有效问卷,有效率为 97.5%。其中,昆明 119 名(初一至初三分别为 39 名,40 名,40 名),西昌 318 名(初一至初三分别为 60 名,54 名,52 名;高一到高三分别为 58 名,44 名,50 名),自贡 183 名(初二 70 名,高二 59 名,高三 54 名),阿里 239 名(初一至初三人数分别为 82 名,69 名,88 名),广州市 108 名(高一到高三分别为 42 名,33 名,33 名);男生 446 名,女生 498 名,未填写问卷的有 23 名。

1.2 研究工具

1.2.1 社会支持评定量表

采用肖水源^[9]编制的社会支持评定量表, 共计 10 个题项。为适用于对中学生的评定, 本研究将量表中的“同事”改为“同学”, “儿女”改为“爷爷、奶奶或外公、外婆”, “配偶”改为“父母”, “其他家人”改为“老师”, “组织”改为“老师、同学”, “宗教组织、工会”改为“青少年宫”, 删除题项“从家庭成员得到的支持和照顾”的“夫妻或恋人”选项及题项“过去, 在您遇到急难情况时, 曾经得到的支持和解决实际问题的帮助的来源有; 过去, 在您遇到急难情况时, 曾经得到的安慰和关心的来源有”中的“宗教、社会团体等非官方组织”选项。本研究中, 问卷的内部一致性系数(Cronbach's α)系数为 0.68; 探索性因子分析特征值大于 1 的有 3 个因子, 即主观社会支持、客观社会支持、社会支持利用度, 所有项目的因子载荷在 0.53~0.91 之间, 累计解释总体变异的 53.33%; 验证性因子分析表明, $\chi^2=155.02$, $df=32$, $\chi^2/df=4.84$, $CFI=0.93$, $GFI=0.97$, $AGFI=0.95$, $RMSEA=0.06$, 问卷具有可靠的信度和效度。

1.2.2 抗挫折能力问卷

采用周天梅等^[3]编制中学生抗挫折能力问卷, 该问卷包括挫折认知(如, 我觉得如果我考不上大学我这一辈子就完了)、情绪体验(如, 遇到挫折是难免的, 我不会太在意)、坚韧性(如, 我常把生活中遇到的困难或失败看成是一种挑战)和行为取向(如, 在学习上遇到我不懂的问题, 我会努力寻找答案)4 个维度, 共计 23 个题项。各题项均采用“非常不符合 1”到“非常符合 5”的 5 点计分, 得分越高, 表明抗挫折能力越强。问卷的 Cronbach's α 系数为 0.80, 挫折认知、情绪体验、坚韧性和行为取向的 Cronbach's α 系数分别为 0.64, 0.68, 0.54 和 0.83; 采用结构方程进行模型验证, 主要的拟合指标分别为 $\chi^2=641.0$, $df=224$, $\chi^2/df=2.86$, $CFI=0.91$, $AGFI=0.92$, $GFI=0.94$, $RMSEA=0.05$ 。问卷具有良好的信度和结构效度。

1.2.3 自尊量表

采用 Rosenberg^[23]编制的自尊量表(The Self-Esteem Scale, SES), 共计 10 个题项(如, 我觉得我有很多好的品质, 归根到底我倾向于觉得自己是一个失败者)。各题项均采用“完全不符合 1”到“完全符合 4”的 4 点计分, 得分越高, 表明自尊程度越高。而且, 为方便测定, 被试直接报告这些描述是否符合他们自己。本研究中问卷的 Cronbach's α 系数为 0.794, 具有较高的信度和效度。

1.2.4 自我效能感问卷

采用王才康等^[24]编制的一般自我效能感问卷(General Self-Efficacy Scale, GSES), 共计 10 个题项(如, 我能冷静地面对困难, 因为我信赖自己处理问题的能力; 以我的才智, 我定能应付意料之外的情况), 题项内容涉及个体遇到挫折或困难时的自信心。该问卷各题项均采用 4 点计分, 所得总分越高, 说明自我效能感越高。本研究中问卷 Cronbach's α 系数为 0.768, 具有良好的信度和效度。

1.3 研究程序与统计方法

将问卷装订成册后在班级中进行施测, 由施测者(培训的班主任或科任教师)统一宣读指导语, 统一施测和收回。采用 SPSS 22.0 和 AMOS 21.0 进行数据分析。

1.4 共同方法偏差的控制

本研究实行集体施测, 所得数据均来源于自陈式的问卷调查法, 这可能会导致研究中共同方法偏差(common method bias, 简称 CMB)的存在。一般通过程序控制与统计控制(Harman 单因素检验法)对可能存在的 CMB 进行检验。本研究中有 8 个因子的特征根值大于 1, 第一个因子有 34.77% 的解释变异量, 低于 40%。因此, 本研究的共同方法偏差不明显。

2 结 果

2.1 社会支持、自尊、自我效能感与抗挫折能力的相关分析

表 1 显示, 主观社会支持、支持利用度与抗挫折能力、自我效能感和自尊有显著正相关; 而客观社会

支持与自我效能感呈负相关, 并与自尊、抗挫折能力无关; 自尊、自我效能感与抗挫折能力之间呈显著正相关; 自尊与自我效能感呈显著正相关。

表 1 社会支持、自尊、自我效能感、抗挫折能力的相关分析

	主观支持	客观支持	利用度	自我效能感	自尊
主观支持	1				
客观支持	0.15**	1			
利用度	0.334**	0.141**	1		
自我效能感	0.341**	−0.228**	0.145**	1	
自尊	0.236**	0.013	0.148**	0.373**	1
抗挫折能力	0.316**	−0.046	0.157**	0.426**	0.550**

注: * 表示 $p<0.05$; ** 表示 $p<0.01$ 。

2.2 社会支持各维度与中学生抗挫折能力关系的回归分析

采用逐步回归法, 探究社会支持各维度对抗挫折能力的预测作用, 结果显示(表 2): 主观社会支持、客观社会支持和利用度对抗挫折能力的可解释变异分别为 10%, 0.9%, 0.4%, 对挫折认知的可解释变异分别为 2%, 0%, 0%, 对情绪体验的可解释变异分别为 4.2%, 1.6%, 0%, 对坚韧性的可解释变异分别为 2%, 0%, 0%, 对行为取向的可解释变异分别为 11.4%, 1.4%, 1%。由此可见, 社会支持在各维度上对抗挫折能力的预测力并不相同, 其中主观社会支持在各个维度均显著, 客观社会支持在情绪体验和行为取向上显著, 利用度仅在行为取向上显著, 且客观社会支持和利用度对抗挫折能力的总分可解释变异量较小(0.9%, 0.4%)。

表 2 社会支持各维度对抗挫折能力的标准回归系数

	抗挫折总分		挫折认知		情绪体验		坚韧性		行为取向	
	β	R^2	β	R^2	β	R^2	β	R^2	β	R^2
主观社会支持	0.308**	0.100	0.140**	0.020	0.224**	0.042	0.133**	0.018	0.321**	0.114
客观社会支持	−0.102**	0.009	−0.053		−0.109**	0.016	0.056		−0.129**	0.014
利用度	0.068*	0.004	0.030		−0.033		0.038		0.108**	0.010

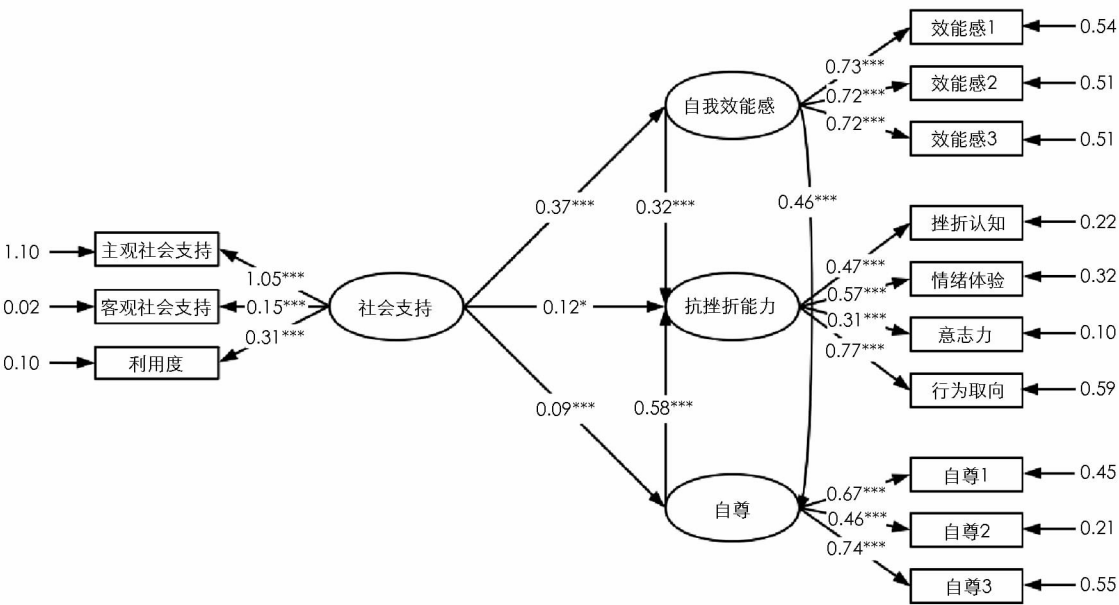
注: * 表示 $p<0.05$; ** 表示 $p<0.01$ 。

2.3 链式中介作用模型的检验与分析

本研究在考察社会支持对抗挫折能力预测作用的基础上, 结合与抗挫折能力有显著相关的自尊和自我效能感 2 个重要变量, 分析对于抗挫折能力的路径关系, 探讨社会支持对于抗挫折能力影响的内部机制。

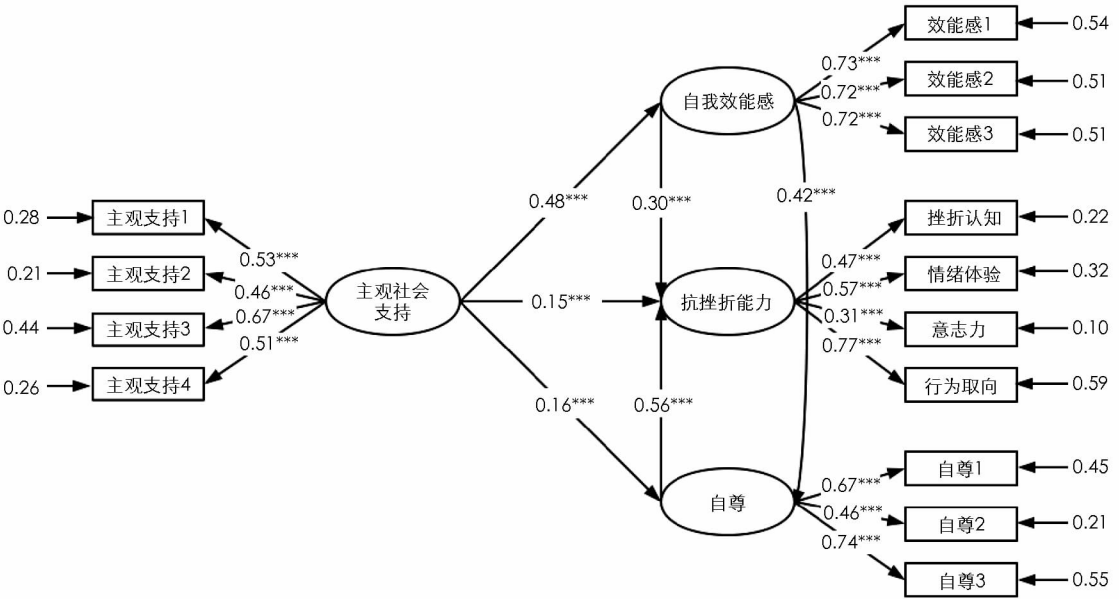
由于本研究使用的自我效能感量表与自尊量表项目数较多, 因此采用平衡取向中的单因子法^[25]来预防多个项目造成潜变量的膨胀测量误差, 以每个包内项目的平均分代替打包后的观测变量。由于社会支持量表有 3 个维度, 主观社会支持有 4 个观察变量, 抗挫折能力量表包含 4 个维度, 故不对社会支持量表和抗挫折能力量表做打包处理。

根据本研究假设, 首先建立初始模型(假设模型, 图 2)。从表 3 可见, 模型 1 的拟合效果不太理想($\chi^2/df=6.093$, $NFI=0.873<0.9$, $CFI=0.891<0.9$), 并且在观察变量主观社会支持对社会支持的预测路径中, 标准化路径系数大于 1, 客观社会支持和利用度对社会支持的预测路径中, 标准化路径系数分别为 0.15 和 0.35 则较小, 说明模型存在过度因子化。所谓过度因子化是指在模型中只有一个因子的负荷较大, 其他因子的负荷比较小, 但仍然坚持使用这个模型进行模型拟合^[39], 需要对模型进行修改。根据 Martin 等^[26]推荐的解决方式, 对初始模型进行修改, 获得修改模型(图 3), 即使用主观社会支持代替社会支持、使用自尊和自我效能感为中介变量来对抗挫折能力进行预测, 修改后模型的各种拟合指标都达到相对理想的水平($\chi^2/df=3.527$, $NFI=0.916>0.9$, $CFI=0.938>0.9$, 表 3)。本研究认为修改后的模型更简明, 且与真实的情况更相符。



注：***表示 $p < 0.001$ ；路径系数均为标准化系数。

图 2 社会支持、自尊、自我效能感、抗挫折能力的关系初始模型



注：***表示 $p < 0.001$ ；路径系数均为标准化系数。

图 3 主观社会支持、自尊、自我效能感、抗挫折能力的关系修改模型

表 3 不同模型的拟合指数

	χ^2	df	χ^2/df	p	GFI	$AGFI$	NFI	CFI	$RMSEA$	AIC
初始模型	359.5	59	6.093	<0.001	0.942	0.911	0.873	0.891	0.073	423.367
修改模型	250.4	71	3.527	<0.001	0.961	0.943	0.916	0.938	0.051	318.012

结构方程分析结果可知，主观社会支持影响抗挫折能力的路径有以下几条：①主观社会支持—抗挫折能力；②主观社会支持—自我效能感—抗挫折能力；③主观社会支持—自尊—抗挫折能力；④主观社会支持—自我效能感—自尊—抗挫折能力。各路径效应大小及比例见表 4。

表 4 主观社会支持对抗挫折能力的标准化效应估计和显著性检验

路 径	标准化效应估计	比例/%	平均路 径系数	<i>p</i>	Bootstrap 95%CI	
主观社会支持→抗挫折能力	0.15	32.4	0.146	0.009	[0.059	0.246]
主观社会支持→自我效能→抗挫折能力	$0.48 \times 0.30 = 0.144$	36.3	0.143	0.000	[0.097	0.205]
主观社会支持→自尊→抗挫折能力	$0.16 \times 0.56 = 0.089\ 6$	22.7	0.089	0.010	[0.036	0.150]
主观社会支持→自我效能→自尊→抗挫折能力	$0.48 \times 0.42 \times 0.56 = 0.113$	8.6	0.116	0.000	[0.059	0.246]

由表 4 可知, 主观社会支持对抗挫折能力的直接效应为 0.15, 总的间接效应为 0.347. 间接效应占总效应的比例为 $0.347/0.497=69.8\%$, 即主观社会支持作用中学生抗挫折能力的效应有 69.8% 受到了自尊和自我效能感这 2 个变量的影响. 而且, 我们还观察到, 自我效能感和自尊在社会支持和抗挫折能力之间所起的作用并不一样, 占用总效应的比例分别为 36.3%, 22.7%. 采用 AMOS 软件中的 Bootstrap 程序对主观社会支持、自我效能感、自尊和抗挫折能力进行中介效应检验, 结果显示, 各效应量的平均路径系数均在 95% 置信区间内, 且不包括 0, 这验证了自我效能感和自尊在主观社会支持与抗挫折能力间的链式中介效应成立.

3 讨 论

3.1 社会支持与抗挫折能力的关系

首先, 中学生主观社会支持与抗挫折能力呈显著正相关, 对抗挫折能力有正向预测作用. 社会支持水平高的个体在应对挫折时, 会表现出更少的情绪问题, 更强的适应能力, 更积极的应对方式^[7]. 一方面, 根据社会支持的缓冲器模型^[6]和环境一个体互动模型^[4], 社会支持可以和环境中的风险性因素相互作用, 从而降低风险性因素对个体的消极作用. 另一方面社会支持的主效应模型^[6]认为个体面对压力事件时, 社会支持的作用在于维持个体良好的情绪体验和身心状况. 积极情绪的拓展理论也证明积极情绪建构的个人资源(如心理资源、知识资源、社会资源)有利于挫折的应对^[27]. 由此可见, 中学生主观社会支持水平越高, 其抗挫折能力也越高.

其次, 客观社会支持与抗挫折能力的相关不显著, 但是在社会支持各维度对抗挫能力的回归分析中却发现, 客观社会支持对抗挫折能力有负向预测作用. 可能的解释是, 客观社会支持侧重于社会支持的数量, 即在需要的时候能够依靠别人的程度; 主观社会支持侧重于对所获得的支持的满意程度^[9]. 当个体存在高水平的客观社会支持时, 社会支持来源的数量可以负向预测抗挫折能力. 长期处于高水平的客观社会支持下, 可能会削弱青少年通过自身努力去克服挫折的效能感, 进而使他们在应对挫折时产生无能为力感^[28]. 本研究关于客观社会支持与自我效能感负相关的统计结果也支持这一点.

再次, 不同性质的社会支持对抗挫能力的预测作用不同. 众多学者的研究也显示, 主、客观社会支持的预测作用是具有差异的^[29], 同时, 这个结果也十分符合周天梅等^[3]的抗挫折能力的四维结构模型, 这一模型认为挫折认知、情绪体验、坚韧性、行为取向这 4 个维度相互作用形成了抗挫折能力. 抗挫折能力更多的是反映在认知、情感和精神上的品质. 因此, 一旦个体通过认知、情感和精神感知到尊重、理解与支持时, 他便会拥有更强大的抗挫折能力. 即社会支持只有被感知到或领悟到时, 才能更好地预测抗挫折能力^[30].

3.2 自我效能感在主观社会支持和抗挫折能力间的中介作用

结构方程模型结果表明, 自我效能感在主观社会支持和抗挫折能力的关系中起着部分中介作用. 班杜拉^[12]指出, 社会劝说、积极情绪和以往的成败经验对于自我效能感的形成具有重要影响. 主观社会支持程度高的中学生往往感受到更多的支持、鼓励和帮助. 他人的支持、鼓励和帮助, 有利于中学生在面对挫折时维持良好的情绪状态, 同时也有利于中学生积极地去面对困难、解决问题, 并随着问题的解决获得一定

的成功经验^[29],从而提高自我效能感。再者,个体自我效能感越高,在挫折认知层面,更乐意将结果归为自己的能力和努力,从而更加相信与肯定自己;在情绪体验层面,越能保持良好的情绪状态;在坚韧性层面,战胜困难的意志更坚定;在行为取向层面,对挫折越能采取积极的应对方式^[31]。由此可知,自我效能感从挫折认知、情绪体验、坚韧性、行为取向全面地影响抗挫折能力。

综上所述,主观社会支持首先会影响中学生的自我效能感,而自我效能感又将进一步影响抗挫折能力,从而形成了这一影响路径:主观社会支持→自我效能感→抗挫折能力。

3.3 自尊在主观社会支持和抗挫折能力间的中介作用

结构方程模型结果进一步表明,自尊在主观社会支持和抗挫折能力的关系中也起着部分中介作用,这与相关的理论和研究结论相符合。首先,自尊的认知模型^[32]和情感模型^[33]认为,自尊是建立在自我评价和自我情感的基础上的,他人的鼓励与支持,可以促进个体形成良好的自我评价和自我悦纳的情感,增加个体对自己能力的肯定,进而提高自尊;有研究表明,主观社会支持对于自尊有着显著的影响,并可以正向预测自尊^[8]。其次,高自尊个体,在挫折认知层面对挫折有更乐观的归因^[21];在情绪感受层面,能缓冲消极情绪的影响^[34];在坚韧性层面,更肯定自己克服困难的毅力和能力^[35];在行为层面,多采用积极的应对方式解决问题^[21]。总之,在面对挫折时,高自尊的个体表现出更积极的态度、情绪、应对方式和更坚韧的意志,即表现出更高的抗挫折能力。可见,主观社会支持会提高中学生的自尊,而自尊的提高可以进一步提升抗挫折能力,于是就形成了主观社会支持→自尊→抗挫折能力这一影响路径。

3.4 自我效能感、自尊的链式中介作用

自我概念的组成部分包括自我效能感与自尊。其中,个体对自己具体“做事”的自我评价称为自我效能感,而个体对自己整体上“做人”的自我评价称为自尊^[20]。

有研究结果显示,良好的社会支持不仅可以提高个体的自我效能感^[13-14]也能提高升个体的自尊水平^[18-19],而自我效能感与自尊呈显著正相关^[22],并对个体自尊水平的形成有着预测作用^[36]。因为,个体的自我效能感越高,对结果的预期与情感就更积极,产生的自我胜任感更强,而且自我效能感还能增加对自己的肯定与积极评价,提升对自我的喜爱与自我的悦纳,从而增加自尊体验;自尊的认知模型^[32]也可以解释这一点,自尊是建立在自我具体的评价基础上的,是从自我“做事”的具体评价到“做人”整体自尊这样一个从下到上的心理结构^[20]。这些研究结果和理论也支持了本研究的结果,即中学生的主观社会支持对“做事”的自我评价具有提高的作用,通过积累“做事”的具体的自我评价又能提升对于自我的喜爱和自我的悦纳,即提高了个体自尊,而自尊又进一步促进抗挫折能力的提升。因此,得到了这样一条链式中介,即主观社会支持→自我效能感→自尊→抗挫折能力。因此,主、客观的社会支持对抗挫折能力的影响是有差异的,客观社会支持对抗挫折能力有负向预测作用,而主观社会支持能正向预测抗挫折能力,同时主观社会支持对抗挫折能力的影响中自我效能感与自尊起着部分链式中介作用。

3.5 提升中学生抗挫折能力的建议

第一,给予中学生合理的客观支持,提高其主观社会支持的领悟水平。在中学生的成长中,给予他们尊重、理解、关心、交流等,使他们拥有积极的情感体验,获得更多的主观社会支持,提高其抗挫折能力。

第二,实施尊重教育,提高中学生的自尊水平。在教育中,给予中学生尊重和信任,引导中学生积极地评价自己,并把学生看作是有发展潜能、有独特价值的行为主体。提高中学生自我悦纳、自我胜任水平,使其形成高水平的自尊,以提升抗挫折能力。

第三,培养中学生的自信心,提高其自我效能感。在中学生的成长过程中,给予中学生积极评价,发掘学生潜能、发挥学生特长,使学生对自己的能力充满信心,激发学生的自我效能感,从而提高其抗挫折能力。

第四,引导中学生正确归因,积极面对挫折,提升抗挫折能力。教育者要帮助中学生了解自身的归因倾向,采用说服、讨论、示范、强化矫正等方法帮助中学生建立积极的归因意识,激发中学生的自我效能

感,提高其自信心,使学生能正确认识挫折、拥有战胜挫折的意志。

4 结 论

- 1) 主观社会支持可以正向预测抗挫折能力,客观社会支持可以负向预测抗挫折能力。
- 2) 自我效能感和自尊在中学生主观社会支持影响抗挫折能力的路径中起部分中介作用。
- 3) 存在主观社会支持→自我效能感→自尊→抗挫折能力的链式中介效应。

参考文献:

- [1] 李梅云. 论中学生抗挫折能力的培养 [J]. 南阳师范学院学报, 2009, 8(8): 104-106.
- [2] 罗 利, 周天梅. 中学生感恩与主观幸福感的关系: 抗挫折能力与社会支持的中介作用 [J]. 心理发展与教育, 2015, 31(4): 467-474.
- [3] 周天梅, 罗 利. 中学生抗挫折能力问卷的编制 [J]. 内江师范学院学报, 2015, 30(6): 61-66.
- [4] KUMPFER K L. Factors and Processes Contributing to Resilience [M]//Longitudinal Research in the Social and Behavioral Sciences: An Interdisciplinary Series. Boston: Kluwer Academic Publishers, 1999: 179-224.
- [5] RICHARDSON G E. The Metatheory of Resilience and Resiliency [J]. Journal of Clinical Psychology, 2002, 58(3): 307-321.
- [6] COHEN S, WILLS T A. Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis [J]. Psychological Bulletin, 1985, 98(2): 310-357.
- [7] 范兴华, 方晓义, 刘 杨, 等. 流动儿童歧视知觉与社会文化适应: 社会支持和社会认同的作用 [J]. 心理学报, 2012, 44(5): 647-663.
- [8] 刘春梅, 邹 泓. 青少年的社会支持系统与自尊的关系 [J]. 心理科学, 2007, 30(3): 609-612, 534.
- [9] 肖水源. 《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用 [J]. 临床精神医学杂志, 1994, 4(2): 98-100.
- [10] 周丽丽. 领导风格、家庭环境、社会支持与员工心理压力的关系研究 [D]. 曲阜: 曲阜师范大学, 2009.
- [11] JUDGE T A. The Dispositional Causes of Job Satisfaction: A Core Evaluations Approach [J]. Research in Organizational Behavior, 1997, 19(1): 151-188.
- [12] BANDURA A. Self-Efficacy in Changing Societies [M]. New York: Cambridge University Press, 1995.
- [13] 宋灵青, 刘儒德, 李玉环, 等. 社会支持、学习观和自我效能感对学习主观幸福感的影响 [J]. 心理发展与教育, 2010, 26(3): 282-287.
- [14] 陈 维, 赵守盈, 韩会芳, 等. 高中生社会支持、学业自我效能感与学习倦怠的关系 [J]. 教学与管理(理论版), 2016(2): 70-73.
- [15] 答会明, 席 丽, 豆宏健. 10年来我国大学生自我效能感研究综述 [J]. 内蒙古师范大学学报(教育科学版), 2011, 24(9): 54-58.
- [16] 周文霞, 郭桂萍. 自我效能感: 概念、理论和应用 [J]. 中国人民大学学报, 2006, 20(1): 91-97.
- [17] TAFARODI R W, SWANN W B. Self-Linking and Self-Competence as Dimensions of Global Self-Esteem: Initial Validation of a Measure [J]. Journal of Personality Assessment, 1995, 65(2): 322-342.
- [18] 叶宝娟, 方小婷, 董圣鸿, 等. 文化智力对少数民族预科生主观幸福感的影响: 主流文化认同和自尊的链式中介作用 [J]. 心理发展与教育, 2017, 33(6): 744-750.
- [19] 严标宾, 郑 雪. 大学生社会支持、自尊和主观幸福感的关系研究 [J]. 心理发展与教育, 2006, 22(3): 60-64.
- [20] 陈建文, 王 滔. 自尊与自我效能关系的辨析 [J]. 心理科学进展, 2007, 15(4): 624-630.
- [21] 刘志军, 刘 旭, 李 维. 初中生乐观归因风格与抗挫折能力: 自尊的中介作用 [J]. 心理与行为研究, 2016, 14(1): 64-69.
- [22] 郑显亮, 赵 薇. 中学生网络利他行为与希望的关系: 自我效能感与自尊的中介作用 [J]. 心理发展与教育, 2015, 31(4): 428-436.
- [23] ROSENBERG M. Society and Adolescent Self-image [M]. New Jersey: Princeton Universe Press, 1965.
- [24] 王才康, 胡中锋, 刘 勇. 一般自我效能感量表的信度和效度研究 [J]. 应用心理学, 2001, 7(1): 37-40.
- [25] 卞 冉, 车宏生, 阳 辉. 项目组合在结构方程模型中的应用 [J]. 心理科学进展, 2007, 15(3): 567-576.
- [26] MARTIN J K, MCDONALD R P. Bayesian Estimation in Unrestricted Factor Analysis: a Treatment for Hey Wood

Cases [J]. Psychometrika, 1975, 40(4): 505-517.

王卫东. 结构方程模型原理与应用[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2010.

[27] FREDRICKSON B L, BRANIGAN C. Positive Emotions Broaden the Scope of Attention and Thought-action Repertoires [J]. Cognition & Emotion, 2005, 19(3): 313-332.

[28] BOLGER N, AMAREL D. Effects of Social Support Visibility on Adjustment to Stress: Experimental Evidence [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 2007, 92(3): 458-475.

[29] 黎志华, 尹霞云. 社会支持对大学生希望的影响机制: 自尊和自我效能感的中介作用 [J]. 心理发展与教育, 2015, 31(5): 610-617.

[30] 张慧影. 专科大学生心理控制源、领悟社会支持和挫折承受力的关系研究 [D]. 石家庄: 河北师范大学, 2011.

[31] 赵 丽. 高师生一般自我效能感与挫折应对方式的研究 [J]. 黑龙江教育学院学报, 2008, 27(1): 83-85.

[32] PELHAM B W, SWANN W B. From Self-conceptions to Self-worth: On the Sources and Structure of Global Self-esteem [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1989, 57(4): 672-680.

[33] BROWN J D, DUTTON K A, COOK K E. From the Top Down: Self-esteem and Self-evaluation [J]. Cognition and Emotion, 2001, 15(5): 615-631.

[34] 张向葵, 田录梅. 自尊对失败后抑郁、焦虑反应的缓冲效应 [J]. 心理学报, 2005, 37(2): 240-245.

[35] 贺郁舒, 凌 宇, 傅益方, 等. 青少年自尊在家庭环境与希望感中的中介作用 [J]. 中国学校卫生, 2016, 37(3): 456-458.

[36] BROWN K M, HOYE R, NICHOLSON M. Self-Esteem, Self-Efficacy, and Social Connectedness as Mediators of the Relationship between Volunteering and Well-Being [J]. Journal of Social Service Research, 2012, 38(4): 468-483.

The Impact of Social Support on Anti-frustration Ability among Middle School Students: A Serial Mediation Effect Model

ZHOU Tian-mei¹, ZHANG Quan-wei², WANG Chao-ying¹

1. College of Psychology, Sichuan Normal University, Chengdu 610068, China;
2. Beijing Zhonggong Education Technology Co., Ltd Sichuan Branch, Chengdu 610042, China

Abstract: Studies have been done in this paper to explore the impact of social support on anti-frustration ability of middle school students and the mechanism of self-esteem and self-efficacy. Social support questionnaire, anti-frustration ability questionnaire, self-esteem scale (SES) and self-efficacy scale (GSES) have been applied to test a valid sample of 967 middle school students. Results show that middle school students' anti-frustration ability is significantly correlated with subjective support and support utilization, self-esteem and self-efficacy; subjective support can positively predict anti-frustration ability, and objective support can negatively predict anti-frustration ability; self-efficacy and self-esteem partially mediated the relationship between social support and anti-frustration ability, and there is a chain mediating effect of subjective social support → self-efficacy → self-esteem → anti-frustration ability. It is concluded that subjective social support can influence anti-frustration ability through self-esteem and self-efficacy.

Key words: middle school students; social support; anti-frustration ability; self-esteem; self-efficacy