

大学生主观幸福感的跨文化研究

——以浙江科技学院为例

郑如娴,王嘉铭,凌石风,陈冰清,何飘飘,徐梁峰

(浙江科技学院 外国语学院,杭州 310023)

摘 要: 如今国内高校与国外大学的交流日益频繁与深入,留学生数量逐年增加,大学生幸福感的跨文化研究就显得尤为重要。文化因素是构建和影响主观幸福感的一个非常重要的因素,不同的文化背景势必使得中外大学生对幸福的判断和感受都会有所差异。以浙江科技学院为例,通过问卷调查与访谈,从跨文化的角度具体分析八大因子即恋爱情况、学业成绩、人际关系、职业前景、经济保障、自我接纳、成熟成长和休闲娱乐对中外大学生主观幸福感相似或相异的影响程度。

关键词: 主观幸福感;跨文化;中国大学生;留学生

中图分类号: G444; B849

文献标志码: A

文章编号: 1671-8798(2016)04-0318-07

Intercultural study of subjective well-being of university students —A case study of Zhejiang University of Science and Technology

ZHENG Ruxian, WANG Jiaming, LING Shifeng, CHEN Bingqing, HE Piaopiao, XU Liangfeng
(School of Foreign Languages, Zhejiang University of Science and Technology, Hangzhou 310023, China)

Abstract: With deeper and more frequent exchanges between domestic and foreign universities nowadays, the number of foreign university students studying in China has been increasing year by year, thus the intercultural study on college students' well-being is of great significance. Since culture is a key factor of constructing and affecting subjective well-being, various cultural backgrounds certainly will make a difference to university students' judgment and perception of well-being. Based on questionnaire and interview, this survey takes both Chinese and foreign students of ZUST as subjects, and specifically analyzes the extent of similarity as well as imparity of the impact of eight main factors-love, academic performance, interpersonal relationship, career prospect, economic guarantee, self-acceptance, maturity and recreation-on

收稿日期: 2015-04-18

基金项目: 国家级大学生创新创业训练计划项目(201311057015)

作者简介: 郑如娴(1993—),女,浙江省乐清人,2012级英语专业本科生。

通信作者: 徐梁峰,讲师,硕士,主要从事跨文化交际研究。

college students' well-being from the intercultural perspective.

Keywords: subjective well-being; intercultural; Chinese university students; international

主观幸福感是个体依据自定的标准对其生活质量所做的整体性评价,是反映社会中个体生活质量的重要心理学指标^[1]。影响主观幸福感的各类因素一直是国内外专家学者的研究对象,例如,Ryff等指出,就个体而言,预测主观幸福感的因素涉及6个方面:自我接受、与他人的积极关系、自主性、把握环境、生活目的和个人成长^[2]。Diener则认为幸福感的影响因素涉及收入、个人主义、人权、社会等方面^[3]。构建和影响主观幸福感还有一个很重要的因素——文化因素,不同的文化背景势必使得个体对幸福的判断力和感受力都会有所差异。在国内高校与国外大学的交流日益频繁与深入、留学生数量逐年猛增的大背景下,越来越多来自不同国家、不同民族的外国大学生选择到中国大学进行学习深造。因而,这些在中国留学的外国大学生的身心健康,尤其是他们的幸福感程度,成为了许多拥有国内外交换生项目的大学的关注重点之一,但是,对于大学生幸福感的跨文化研究还没有引起教育界的足够重视。本研究致力于探求文化因素与主观幸福感之间的相互关系,从跨文化的角度分析八大因子,即恋爱情况、学业成绩、人际关系、职业前景、经济保障、自我接纳、成熟成长和休闲娱乐,对中外大学生主观幸福感相似或相异的影响程度。

1 对象与方法

1.1 对象

采取随机抽样的方法,抽取浙江科技学院不同年级、不同专业、不同性别的中国大学生和留学生进行调查。其中,中国大学生250名,留学生150名,收回有效问卷中文227份,英文143份。

1.2 方法

1.2.1 问卷调查

通过查阅文献,参考已有的关于幸福感的调查问卷,本研究设计了《大学生主观幸福感的跨文化调查》问卷中英文各一版,分为三部分。第一部分,对中外大学生的基本信息的人口学调查;第二部分和第三部分,围绕八大影响因子设计一系列数值尺度题,多项选择题及倾向程度题。

1.2.2 数据处理

对收回的问卷中各个题目选项人数进行统计,采用分块对应、分题对应的统计方法和部分占总体的百分比计算方法,得出数据。通过数据统计得出调查结果(表1):被试留学生感觉幸福(包括幸福和很幸福)的占81.1%,被试中国大学生感觉幸福(包括幸福和很幸福)的为73.5%。

表1 被试中外大学生主观幸福感程度

Table 1 Degree of subjective well-being of Chinese and foreign college students

%

被试学生	很幸福	幸福	一般	不幸福	很不幸福
中国大学生	22.03	51.54	24.23	0.44	1.76
留学生	34.27	46.85	16.78	0.70	1.40

2 中外大学生主观幸福感的相似表现及分析

2.1 经济保障

从表2中可以看出,随着每个月生活费的增加,被试中外大学生的幸福感相应地都增强了,因此,无论是在国外还是在国内出生成长,金钱对大学生的主观幸福感的影响可见一斑,生活费越多,用于学习、休闲娱乐及人际交往的开销就大,带来的就是生活品质的提高。从经济来源的角度看,生活费靠打工或奖学金和生活费靠父母对中外大学生的幸福感的影响呈现相似的趋势,由此可见,通过自己的劳动和努力获得生活费的大学生感觉更幸福,这在中外大学生的身上没有明显的文化差异。国外大学生很早就开

始自食其力,在面包店、快餐店等地方打工,所以兼职赚取生活费甚至学费对于他们是非常自然的事。而中国社会的竞争压力越来越大,对大学毕业生的综合素质要求也越来越高,大学生们不再只是待在象牙塔里学习,而是更多地参与到社会实践中,在锻炼自身能力的同时替家庭分担一些经济负担,这也给中国大学生们带来了成就感与幸福感。

2.2 职业前景

不论是中国大学生还是留学生,选择“喜欢目前的专业”的学生感到幸福的比例要比选择“不喜欢目前的专业”的学生的比例高。由此说明,专业的选择对大学生的幸福感有不小的影响,以兴趣为导向选择就读专业,自然比被迫学习不感兴趣的课程让人愉悦许多。另外,不管是中国大学生还是留学生,就业前景的乐观与否直接与其未来的生活有着直接关联,对就业前景乐观的学生对未来充满希望。这种乐观的心态也会使他们的大学生活更幸福,这可以从调查的数据中得到印证,就业前景乐观的学生比就业前景不乐观的学生感觉幸福的比例在中外大学生中都超过了 10 个百分点(表 2)。

表 2 影响中外大学生主观幸福感的相似因子

Table 2 Similar affecting factors on subjective well-being

%

被试学生 主观幸福感	经济保障				职业前景			
	生活费多于 1 000 元	生活费少于 500 元	生活费靠打工 或奖学金	生活费 靠父母	喜欢目前 的专业	不喜欢目 前的专业	对就业前 景乐观	对就业前 景不乐观
中国学生	76.62	67.12	80.00	74.64	80.36	67.39	78.06	64.19
留学生	87.73	62.16	85.32	80.12	83.07	70.00	84.42	57.89

3 中外大学生主观幸福感的相异表现及分析

3.1 恋爱情况

从“目前正在恋爱中”到“单身”,被试中国大学生的幸福比例明显下降,而被试留学生的幸福比例没有明显变化(表 3)。因此,恋爱对主观幸福感影响的表现,中国大学生和留学生存在较大的区别。在

表 3 恋爱情况因子对中外大学生主观幸福感的影响

Table 3 Affecting factor of love on subjective well-being

%

具体陈述	中国学生	留学生
目前正恋爱中	85.01	75.90
单身	69.00	75.60

中国传统观念的影响下,无论是家庭还是学校或是社会都对青春期恋爱下了一个“早恋”的贬义定义,中国的孩子从小被灌输“早恋”会影响学习甚至未来等,因此,中国学生的爱情一直是压抑着的,直到进入大学后,受到教师和家长的管制减少,恋爱的天性得到解放。自然,恋爱对于大部分中国大学生是具有新鲜感的,所以陷入恋爱的人觉得生活的空缺得到填补,而单身的人会更加惆怅敏感^[4]。而且,中国的传统文化里都以感情专一为美德,社会道德要求恋爱双方都对对方忠诚专一,并且强调双方的责任意识,一旦确立恋爱关系就要对自己负责,对对方负责,这样的传统观念使中国学生面对爱情的态度更严肃认真,一旦谈恋爱就会把伴侣和爱情当作生活中至关重要的事。相反,在西方环境里成长的孩子,爱的表达则更为直接,且从出生开始,恋爱的权利就未被限制,所以他们能够对于钦慕的对象勇敢地表达爱意,勇于追求,勇于实现自己的幸福。同时在家庭教育中,父母会鼓励孩子大胆追求真爱,甚至高中成人礼上也要求男女生携对出场。在这样的文化环境下,进入大学的留学生自然不觉得恋爱是一件新鲜事,而且他们的感情专一意识没有中国学生强烈,有些留学生甚至没有固定的情侣。因此,“是否处于恋爱中”能够对中国大学生产生较大的影响,而对于留学生产生的影响则相对较小。

3.2 学业成绩

有关幸福感研究的目标调节理论认为,目标和价值取向决定人的幸福感,幸福感产生于需要的满足及目标的实现^[5]。大学生的主要任务还是学习,优秀的学习成绩仍然是大部分大学生追求的目标。学习成绩优秀的学生会觉得更自信,拥有更多积极的情绪,因此,幸福程度也高,这一点在中外大学生中是相同的(表4),不受国家和文化差异的限制。

表4 学业成绩因子对中外大学生主观幸福感的影响

Table 4 Affecting factor of academic performance
on subjective well-being %

具体陈述	中国学生	留学生
名列前茅	87.80	88.90
经常不及格	52.32	3.49

但是,在被试的所有中外大学生中,“经常挂科”的这一部分学生的主观幸福感表现却相差甚远。经常不及格的中国大学生中有一半的人仍然觉得自己幸福,但是经常不及格的外国留学生却极少觉得自己幸福,这一结果对很多人来说会有点出乎意料。中国家长的传统思想里认为考上一所名牌大学就意味着有光明的前途,所以在中国,高考之前学生的学习任务非常繁重,学习压力很大,家长对孩子的成绩更是极其看重。而进入大学之后,家长和孩子仿佛都松了一口气,学校的学习氛围变得自由轻松了,对于学业成绩的重视度大大下降。但是在国外却不同,国外学生的学习难度从小学到大学逐步提升,进入大学之后学习压力也有增无减。国外大学生每门课的学分与其能否毕业紧密相连,如果一门课的学习成绩(包含补考后成绩)没有达到及格,那么这位大学生无论之后学习多么用功,他的最后成绩仅为PASS(通过)^[6],这与毕业甚至日后他的就业息息相关。有些高校甚至有淘汰制度,一个专业中每学年都会淘汰几名成绩垫底的学生,这使学生的学习压力增加。因此,考试成绩是影响留学生幸福程度的重要因素之一。

3.3 休闲娱乐

休闲可视为人类主观幸福感的来源之一,因为休闲提供人们满足休憩、放松、自我改善、自信等其他心理需求^[7]。从表5中不难发现,兴趣爱好的广泛或者单一对被试中国大学生主观幸福感的影响比被试留学生小。同时,大学生活是忙碌充实还是单调乏味对

表5 休闲娱乐因子对中外大学生主观幸福感的影响

Table 5 Affecting factor of recreation
on subjective well-being %

具体陈述	中国学生	留学生
兴趣爱好广泛	100	80.40
兴趣爱好单一	91.70	63.20
大学生生活忙碌而充实	100	82.60
大学生生活单调乏味	95.80	50.00

中国大学生主观幸福感的影响比留学生小。从大学教育环境的差异来看,中国大学生每年所需必修的科目有近20门,远远多于留学生,所以中国大学生的大学生活相对固定,学习较为繁忙,他们已经习惯这种相对繁忙且无法随意安排的生活,因此,大学生活是否忙碌或者单调对中国大学生的幸福程度影响不大。而留学生一学期的必修课程平均只有3门左右,空余时间相对较多,因此,留学生可以更加自由地安排自己的大学生活,所以大学生活是否丰富多彩对留学生的幸福程度的影响远远大于对中国大学生幸福程度的影响。

3.4 人际关系

从表6中看出,选择“朋友很多”的被试中国大学生的幸福比例高于被试留学生。而选择“朋友很少”的被试留学生的幸福比例与被试中国大学生相差无几,由此可以看出,朋友的多寡对于中国大学生的幸福感影响更大。

“人际关系融洽”对被试中外大学生的

表6 人际关系因子对中外大学生主观幸福感的影响

Table 6 Affecting factor of interpersonal relationship
on subjective well-being %

具体陈述	中国学生	留学生
朋友很多	97.80	80.80
朋友很少	76.90	71.10
人际关系融洽	72.50	80.50
人际关系紧张	50.00	80.00
喜欢参加集体活动	86.80	80.50
喜欢独来独往	37.50	72.70

幸福感的影响均是正面的,但当“人际关系紧张”时,被试中国大学生幸福感受到的负面影响比被试留学生要大很多,这一结果与预期相符。中国社会从孔子时代强调一个“大同社会”的儒家理念,并且中国学生从小就被教育在与人交往时要以“和”为主,而这个“和”就强调人际关系在中国社会的重要性,中国俗语里有句话叫做“朋友多了路好走”,这正体现了中国人广交朋友的潜在原因,中国人对于友情的要求则是忠诚、长久、义气。而西方文化强调“隐私”和“独立”,对人际关系的观念很淡薄,他们可以很快地与陌生人建立良好的关系,但也会随着环境的改变很轻易地结束这种朋友关系。

“喜欢参加集体活动”的被试中外大学生的幸福比例都较高,但是“喜欢独来独往”对被试中国大学生主观幸福感的消极影响明显大于被试留学生。在集体主义文化取向的影响下,中国人自小受到的教育都是被要求以集体的利益为重,要顾大局,个人利益往往要服从集体的整体利益,个人的价值实现也依赖于整个集体,集体成员之间的和谐高于一切^[8]。西方文化崇尚个人主义,认为每个人都是独立的不同于其他任何人的特殊的个体,追求自由,追求独立,追求个性的张扬和自我价值的实现。因此,无论是集体活动还是独来独往,人际关系融洽亦或是紧张对于留学生的幸福感影响差别并不大。但对中国大学生,独来独往和人际关系紧张都会影响他们的主观幸福感,导致他们的幸福感下降。

3.5 自我接纳

自我接纳指个体对自身及自身特征所持的一种积极的态度,即能欣然接受自己现实中的状况,不因自身优点而骄傲,也不因自己的缺点而自卑。在“对自己的身形外貌满意”与“对自己的身形外貌不满意”,“我觉得我各方面都比别人好”与“我觉得我各方面都不如别人”,“我经常能直面自己的缺点”与“我不敢直面自己的缺点”的数据(表 7)对比中,可以得出,自信可以增强大学生的主观幸福感,自卑则会降低大学生的主观幸福感,学会接纳自己,可以大大增强大学生的主观幸福感,这无关种族与国籍。保持乐观的心态,积极对待现实和未来,无论对于中国大学生还是留学生都是正能量,自然会带来主观幸福感的提高。另外还发现,竞争意识在中外大学生身上都很明显。尽管中国传统文化中一直推崇谦让、和睦的美德,但是当代社会竞争激烈,这使得中国学生较早就树立了竞争意识。他们通过在大学里参加各种竞赛与活动提高自己的能力及获得更多的荣誉,提升自我价值,从而为进入现实社会打下基础。国外学生自然更不必说,他们一直处于竞争社会之中,不讲“关系”,不看“面子”,比的永远是自身实力。

表 7 自我接纳因子对中外大学生主观幸福感的影响

Table 7 Affecting factor of self-acceptance on subjective well-being

%

具体陈述	中国学生	留学生
热情外向型	91.80	77.10
内向腼腆型	33.30	57.10
对自己的身形外貌满意	80.00	77.04
对自己的身形外貌不满意	69.30	66.70
我喜欢和别人竞争	78.57	82.50
我不喜欢和别人竞争	60.00	76.00
我觉得我各方面都比别人好	70.33	78.94
我觉得我各方面都不如别人	36.82	26.78
我经常能直面自己的缺点	87.25	80.21
我不敢直面自己的缺点	32.78	40.50
有宗教信仰	59.38	92.17
没有宗教信仰	88.67	50.36

然而,性格的类型对被试外国大学生的主观幸福感影响相对比被试中国大学生的小。受到中国传统文化的影响,中国大学生无法摆脱对集体的依赖,因此,性格上外向开朗的大学生更容易融入集体,相对

性格内敛的大学生则被孤立到朋友圈的边缘,加重他们的失落情绪。留学生则个性独立,他们认为在大学与朋友同学保持一定的距离,能带来更多独立思考时间。因此性格上的外向或者内敛对留学生的幸福感带来的影响小,对中国大学生带来的影响相对较大。这一结果也支持了 Eysenck 的一个重要观点,即“幸福可称之为稳定的外向性……幸福感中的积极情感与易于社交的性格有关,这样的性格容易与他人自然和快乐地相处……因而幸福是与外向性相联系的”^[9]。

不可忽视的是,宗教信仰因素却在中外大学生的主观幸福感表现上呈现截然不同的结果。宗教给予人在逆境、苦难、贫穷中实现幸福的希望。在国外,基督教作为最盛大的教派,成为人们内心的精神需求。在心理学研究中,Seligman 运用积极心理学理论指出,有意义的生活需要通过宗教等活动来达到尽善尽美的品质。还有的学者证明,由于积极应对方式与主观幸福感呈正相关,消极应对方式与主观幸福感呈负相关,宗教体验所带来的多是积极应对方式,因此,对有宗教体验的人,他们的幸福感要高^[10],这个从留学生的调查数据中得到了完全的体现。而中国人绝大部分都没有宗教信仰,尤其是新文化运动之后,大部分封建迷信思想被扫除,建国后又推行无神论,所以当代中国人基本不怎么信教,拥有宗教信仰反倒会被投以异样的眼神。因此“无宗教信仰”的中国大学生同样也会感觉幸福。

3.6 成熟成长

成熟指人的思想观念的转变,从幼稚向更高一级的转变,并且这一过程往往伴随着周围环境的改变而发生,也包括其他人的影响,简而言之,就是自身不断变得更好、更强、更成熟的一个变化过程。

从国内外家庭文化的差异来看,中国的家庭是圈养式的,孩子们一直都生活在家长的照顾与庇护下,自理能力较弱,因此,相对更加独立的学生能够更好更快地适应大学生活,尤其是经济上独立的学生更是能感到自我价值实现的成就感与满足感,因此,这些独立的中国孩子会相对更加幸福^[11];而国外是放养式的生活,所以他们很早就自己打工,在获得成功的时候也遭遇了更多生活上的艰辛,如果他们能够感受到家庭的关怀则会更加幸福。因此调查中出现了“依赖父母”的被试留学生的主观幸福感比“独立”的被试留学生的主观幸福感高的情况(表8)。

表8 成熟成长对中外大学生主观幸福感的影响

Table 8 Affecting factor of maturity on subjective well-being

%

具体陈述	中国学生	留学生
独立	60.34	78.64
依赖父母	52.37	89.36
我喜欢承担领导者的角色和责任	85.71	73.68
我喜欢承担群众的角色和责任	56.25	76.19
我喜欢随大流,让我感觉有安全感	83.47	45.28
我喜欢标新立异,让我很有存在感	67.38	79.29
我经常帮助别人	78.54	81.28
我不太帮助别人	32.56	27.67
当我抑郁时,我会向父母、心理医生、老师等寻求帮助	81.08	77.14
当我抑郁时,我不好意思向父母、心理医生、老师等寻求帮助	47.37	57.14

中国社会是高权力距离的国家,具体表现为拥有权力的人和受权力影响的人之间存在明显的差异,以及“官本位”思想的盛行,强调对权威的服从与尊敬。因此,做“领导”在中国社会中会享有比较明显的优越感。而西方文化是典型的低权力距离的文化,在这种文化背景下的人从小就被教育人人平等,个体的权利意识明显,等级意识淡薄。所以选择是否喜欢承担领导者的角色和责任对中国大学生的主观幸福感有较为明显的影响,而留学生则影响较小。在“我喜欢随大流”和“我喜欢标新立异”的数据对比中,可得出,在集体主义影响下的中国大学生主观幸福感受外界因素的影响明显超过在个体主义影响下的留学生,中国大学生更在意的是安全感,而留学生更在乎的是存在感。

在选项“我经常帮助别人”与“我不太帮助别人”,“当我抑郁时,我会向父母、心理医生、老师等寻求帮

助”与“当我抑郁时,我不好意思向父母、心理医生、老师等寻求帮助”中,中外大学生表现出相似性,因此,乐于助人及适当倾诉能够提升大学生的主观幸福感。

4 结 语

基于调查数据,本研究从跨文化的角度具体分析了八大因子对中外大学生主观幸福感的影响,希望为高校在大学生和留学生的管理工作和心理咨询工作方面提供科学的借鉴和参考,能对中外学生采取灵活的、不同的管理方法与策略,提高管理水平;同时为中国学生和留学生之间搭起一座文化交流的桥梁,使之互相学习、取长补短,从而使所有的中外大学生都能获得更好的幸福感体验,共同创建和谐校园。

参考文献:

- [1] 张灵,郑雪,严标宾,等. 大学生人际关系困扰与主观幸福感的关系研究[J]. 心理发展与教育,2007(2):116.
- [2] RYFF C D, KEYES C L. The structure of psychological well-being revisited[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1995,69(4): 719.
- [3] DIENER E, DIENER C. The wealth of nations revisited: income and quality of life[J]. Social Indicators Research, 1995,36(3): 275.
- [4] 周晓芳. 当代大学生恋爱心理研究[D]. 沈阳: 沈阳航空航天大学, 2013.
- [5] 王雁,孙延超,李长江,等. 医学生学业成绩、人格、心理健康与其主观幸福感关系的研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2005(4):247.
- [6] 严标宾,郑雪,邱林. 大学生主观幸福感的跨文化研究:来自 48 个国家和地区的调查报告[J]. 心理科学,2003(5):851.
- [7] 黄赛婵. 大学生的休闲满意度与主观幸福感的关系研究[D]. 长沙:湖南师范大学,2010.
- [8] 严标宾,郑雪,邱林,等. 大学生主观幸福感的影响因素研究[J]. 华南师范大学学报(自然科学版),2003(2):137.
- [9] 郑雪,王玲,邱林,等. 大学生主观幸福感及其与人格特征的关系[J]. 中国临床心理学杂志,2003(2):107.
- [10] 莫传玉. 浅述民间宗教文化信仰与主观幸福感的关系[J]. 特立学刊,2013(1):57.
- [11] 邢占军. 主观幸福感测量研究综述[J]. 心理科学,2002(3):336.