

社会比较倾向与主观幸福感： 相对剥夺感及自我概念清晰性的作用

安芹¹, 张炜²

(1. 北京理工大学教育学院, 北京 102488; 2. 北京航空航天大学离退休工作处, 北京 100191)

【摘要】 目的:探索社会比较倾向对大学生主观幸福感的影响及其作用机制。**方法:**采用社会比较量表、相对剥夺感量表、主观幸福感量表和自我概念清晰性量表对931名大学生进行问卷调查。**结果:**(1)社会比较倾向对主观幸福感具有负向预测作用;(2)相对剥夺感在社会比较倾向与主观幸福感的关系中具有部分中介作用;(3)自我概念清晰性在中介模型社会比较倾向与主观幸福感以及相对剥夺感与主观幸福感的关系中均具有调节作用。**结论:**社会比较倾向不仅直接影响大学生主观幸福感,还通过相对剥夺感的中介作用与自我概念清晰性的调节作用影响主观幸福感。

【关键词】 社会比较倾向; 主观幸福感; 相对剥夺感; 自我概念清晰性

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2025.02.016

Social Comparison Tendency and Subjective Well-being: The Role of Relative Deprivation and Self-concept Clarity

AN Qin¹, ZHANG Wei²

¹School of Education, Beijing Institute of Technology, Beijing 102488, China;

²Retirement Affairs Office, Beihang University, Beijing 100191, China

【Abstract】 Objective: To explore the influence and mechanism of social comparison tendency on subjective well-being of college students. **Methods:** A questionnaire survey was conducted on 931 college students using the social comparison scale, relative deprivation scale, subjective well-being scale, and self-concept clarity scale. **Results:** (1) Social comparative tendency negatively predicted subjective well-being; (2) Relative deprivation partially mediated the negative prediction of social comparative tendency and subjective well-being; (3) Self-concept clarity had a moderating effect on the relationship between social comparison tendency and subjective well-being, as well as the relationship between relative deprivation and subjective well-being in the mediation model. **Conclusion:** Social comparison tendency not only directly affected the subjective well-being of college students, but also were partially affected by the mediating role of relative deprivation and the moderating effect of self-concept clarity.

【Key words】 Social comparison tendency; Subjective well-being; Relative deprivation; Self-concept clarity

社会比较倾向指个体在缺乏客观标准时,通过与他人比较来评估自身观点、能力、情感状态或社会地位的倾向,体现为个体进行社会比较的频率、主动性和对比较结果的依赖程度^[1]。社会比较是无意识的、自发的、相对自动的心理过程^[2]。高社会比较倾向的个体对他人信息更加敏感^[3],更关注他人的感受,表现出低自尊和消极情绪^[4]。研究证实,大学生社会比较倾向与抑郁情绪显著正相关^[5]。主观幸福感是个体依据主观的标准、感受对生活、工作和人际关系等满意程度的主观评价,具有主观性、稳定性及整体性等特征^[6]。揭示社会比较倾向对大学生主观幸福感的影响机制,具有重要的理论价值和现实指导意义。

大学生正处于人格发展的重要阶段,从小生活

在“别人家的孩子”语境下以及应试教育环境里,社会比较倾向尤为突出。人们习惯将存在竞争关系又优于自己的参照群体作为比较对象,引发社会比较的威胁效应^[7]。相对剥夺感是一种主观认知和情感体验,个体将自身某方面与其他参照对象比较,当感知自己处于劣势时容易产生消极认知,体验到愤怒、不满等情绪^[8]。相对剥夺感的核心心理过程是社会比较,经研究证实,高社会比较倾向的个体其相对剥夺感水平较高^[9-11]。进一步研究显示,大学生社会比较倾向不仅与相对剥夺感显著正相关,而且社会比较倾向和相对剥夺感对大学生主观幸福感具有链式负向预测作用^[12]。

自我概念清晰性指个体对自我概念清楚界定的程度,代表一致和稳定的自我认识^[13]。相比较而言,自我概念清晰性低的个体需要外界信息进行自我定位,但如果过度依赖外界信息不仅会威胁原本不稳

通信作者:安芹, anqin@bit.edu.cn

定的自我概念,降低自我评价^[14],而且容易对社交信息敏感引发社交焦虑^[15]。Miao等对中国大学生研究发现,自我概念清晰性与社会比较倾向显著负相关^[16]。另有研究发现,自我概念清晰性高的个体能更坦然地面对社会比较的结果,接受理想自我与现实自我之间的差距,缓解社会比较带来的消极情绪体验^[17]。一项纵向追踪调查发现,大学生自我概念清晰性可以正向预测主观幸福感^[18]。Cho和Lee对韩国大学生研究发现,上行社会比较降低主观幸福感,而主观幸福感下降的程度取决于个体认知的清晰性和灵活性^[19]。

社会认知理论认为,个体的情绪和行为不仅受外界事件影响,也与个体的认知密切相关。社会互动是自我概念发展的根本动力和核心机制,在集体主义文化下个体更倾向于从人际角度构建自我概念^[20]。大学生倾向于通过与周围他人进行比较定义自己的能力和地位,当拥有强烈的社会比较倾向且无法积极处理社会比较的结果时,容易影响个体自我概念发展和心理健康。本研究拟探究大学生社会比较倾向对主观幸福感的作用机制,提出以下研究假设:大学生社会比较倾向对主观幸福感具有负向预测作用;相对剥夺感在社会比较倾向与主观幸福感的关系中起中介作用;自我概念清晰性在社会比较倾向与主观幸福感的直接路径和中介路径起调节作用。

1 研究方法

1.1 研究对象

采用分层方便抽样方法,在不同类别、不同地区高校选取大学生被试,通过问卷星平台共回收问卷988份,依据作答时间、极端数据($M \pm 3SD$)等剔除无效问卷,得有效问卷931份,有效回收率为94.23%。从就读院校来看,985高校、211高校及普通高校分别为415人(44.58%)、196人(21.05%)、320人(34.37%);从专业来看,理工、文史、经管、艺体及医护类分别为474人(50.91%)、215人(23.09%)、113人(12.14%)、66人(7.09%)、63人(6.77%)。其中男生422人(45.33%),女生509人(54.67%),平均年龄 21.07 ± 2.27 岁。大一230人(24.70%),大二168人(18.05%),大三145人(15.58%),大四180人(19.33%),研究生208人(22.34%);城市户籍588人(63.16%),农村户籍343人(36.84%);独生子女495人(53.17%),非独生子女436人(46.83%)。

1.2 研究工具

1.2.1 社会比较量表 采用Gibbons和Buunk编制、

王明姬等修订的社会比较倾向量表^[21]。共11个题项,采用Likert 5点计分,1表示“很不符合”,5表示“很符合”。分数越高表示社会比较倾向越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.80。

1.2.2 相对剥夺感量表 采用马凯编制的相对剥夺感量表^[22]。共4个题项,采用Likert 6点计分,1表示“很不同意”,6表示“很同意”。总分越高表示相对剥夺感越强。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.75。

1.2.3 自我概念清晰性量表 采用Campbell编制、牛更枫修订的自我概念清晰性量表^[23]。共12个题项,采用Likert 5点计分,1表示“很不符合”,5表示“非常符合”。得分越高表示自我概念清晰性水平越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.82。

1.2.4 主观幸福感量表 采用生活满意度量表和积极消极情感量表,生活满意度加上积极情感得分减去消极情感得分作为主观幸福感的指标^[24]。生活满意度量表由Diener等编制、郑雪等翻译^[25],共5个题项,采用Likert 7点计分,总分越高代表生活满意度越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.84。积极消极情感量表由Watson等编制、黄丽等修订^[26],包含积极情感和消极情感两个分量表,共20个题项。采用Likert 5点计分,1表示“几乎没有”,5表示“非常多”,积极情绪分数越高且消极情绪分数越低,表示情绪幸福水平越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.80。

1.3 数据统计与分析方法

数据整理后导入SPSS 26.0,进行描述性统计分析、独立样本 t 检验、Pearson相关分析。采用宏程序PROCESS 3.3对测量所得数据进行回归分析。

2 结 果

2.1 共同方法偏差检验

采用Harman单因子法进行共同方法偏差检验。结果显示,特征根大于1的因子共11个,其中第一个因子解释的变异量为18.13%,低于40%临界值,表明本研究不存在明显的共同方法偏差问题。

2.2 描述性统计及相关分析

社会比较倾向、相对剥夺感、主观幸福感及自我概念清晰性各变量的描述性统计及相关分析结果见表1。结果表明,社会比较倾向与相对剥夺感存在显著正相关,与主观幸福感、自我概念清晰性存在显著负相关。相对剥夺感与主观幸福感、自我概念清晰性存在显著负相关。主观幸福感与自我概念清晰性存在显著正相关。

2.3 相对剥夺感的中介作用检验

采用 Process 模型 4, 并使用 Bootstrap 抽样法检验相对剥夺感在社会比较倾向与主观幸福感之间的中介作用。控制院校类别、性别等人口学变量, 将社会比较倾向作为自变量, 主观幸福感作为因变量, 相对剥夺感作为中介变量。结果表明, 社会比较倾向

对主观幸福感的总效应显著 ($\beta=-0.26, t=-8.14, P<0.001$)。社会比较倾向正向预测相对剥夺感 ($\beta=0.23, t=7.36, P<0.001$), 相对剥夺感负向预测主观幸福感 ($\beta=-0.27, t=-8.48, P<0.001$), 表明相对剥夺感在社会比较倾向与主观幸福感之间的中介作用存在 (见表 2)。

表 1 各变量的描述性统计及相关分析

变量	$M \pm SD$	社会比较倾向	相对剥夺感	主观幸福感	自我概念清晰性
社会比较倾向	38.68 ± 6.18	1			
相对剥夺感	11.52 ± 3.90	0.21***	1		
主观幸福感	25.01 ± 14.57	-0.25***	-0.32***	1	
自我概念清晰性	33.34 ± 7.43	-0.34***	-0.20***	0.38***	1

注: *** $P<0.001$ 。

表 2 相对剥夺感的中介效应分析

步骤	因变量	自变量	β	$S.E$	t	R^2	F
第一步	主观幸福感	社会比较倾向	-0.26	0.03	-8.14***	0.07	10.67
第二步	相对剥夺感	社会比较倾向	0.23	0.03	7.36***	0.10	14.58
第三步	主观幸福感	相对剥夺感	-0.27	0.03	-8.48***	0.14	19.05
		社会比较倾向	-0.20	0.03	-6.21***		

注: *** $P<0.001$ 。

由表 3 可知, 相对剥夺感的中介效应值为 -0.06, Bootstrap 95% 置信区间为 [-0.08, -0.04], 置信区间不包含 0。排除相对剥夺感的中介作用后, 社会比较倾向对主观幸福感的直接效应显著 ($\beta=-0.20, t=-6.21, P<0.001$)。

表 3 总效应、直接效应及中介效应分解表

	效应值	标准误	bootLLCI	bootULCI	相对效应量
中介效应	-0.06	0.01	-0.08	-0.04	23.88%
直接效应	-0.20	0.03	-0.25	-0.13	76.12%
总效应	-0.26	0.03	-0.31	-0.19	

2.4 自我概念清晰性的调节作用检验

采用 Hayes 编制的 SPSS 宏程序 Process 模型 59,

在中介模型基础上将自我概念清晰性作为调节变量, 检验自我概念清晰性对中介模型的直接路径和中介路径的调节作用。结果显示, 社会比较倾向、相对剥夺感和自我概念清晰性对主观幸福感的主效应显著, 社会比较倾向与自我概念清晰性的交互项对相对剥夺感的预测效应不显著 ($t=1.36, P=0.176$), 社会比较倾向与自我概念清晰性的交互项对主观幸福感的预测效应显著 ($t=2.78, P=0.006$), 相对剥夺感与自我概念清晰性的交互项对主观幸福感的预测效应显著 ($t=-3.23, P=0.001$)。表明自我概念清晰性能够显著调节中介模型的直接路径和后半路径。详见表 4。

表 4 有调节的中介效应分析

	相对剥夺感			主观幸福感		
	β	$S.E$	t	β	$S.E$	t
性别	-0.32	0.06	-5.07***	0.03	0.06	0.41
年级	0.01	0.02	0.70	-0.01	0.02	-0.52
院校	0.18	0.04	4.86***	-0.01	0.04	-0.36
独生	0.01	0.07	0.14	-0.15	0.07	-2.19*
户籍	-0.13	0.08	-1.69	-0.03	0.07	-0.42
社会比较倾向	0.18	0.03	5.51***	-0.10	0.03	-3.15**
自我概念清晰性	-0.15	0.03	-4.34***	0.29	0.03	8.92***
相对剥夺感				-0.24	0.03	-7.76***
社会比较倾向 $\times$ 自我概念清晰性	0.04	0.03	1.36	0.08	0.03	2.78**
相对剥夺感 $\times$ 自我概念清晰性				-0.10	0.03	-3.23**
R^2		0.12			0.23	
F		15.34***			27.95***	

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

为进一步明确自我概念清晰性的调节作用,采用选点法进行简单斜率分析。按照自我概念清晰性得分分成高分组(平均值加一个标准差)和低分组(平均值减一个标准差)。在高自我概念清晰性水平($M+1SD$),相对剥夺感与主观幸福感之间的负向预测效应显著且较强($\beta=-0.33, t=-7.67, P<0.001$);在低自我概念清晰性水平($M-1SD$),相对剥夺感与主观幸福感之间的负向预测效应显著且较弱($\beta=-0.14, t=-3.47, P<0.001$)。自我概念清晰性加强了相对剥夺感对主观幸福感的负向预测作用。

在高自我概念清晰性水平($M+1SD$),社会比较倾向对主观幸福感的负向预测效应不显著($\beta=-0.03, t=-0.59, P=0.558$)。在低自我概念清晰性水平($M-1SD$),社会比较倾向对主观幸福感的负向预测效应显著($\beta=-0.17, t=-4.26, P<0.001$)。自我概念清晰性削弱了社会比较倾向对主观幸福感的负向预测作用。

3 讨 论

社会比较是一个能动和灵活的过程,社会比较的结果是增强还是降低个体的主观幸福感取决于比较标准的选择和对信息的解释^[27]。本研究发现,大学生社会比较倾向负向预测主观幸福感,这与张霞等^[28]和孙庆民等^[29]研究结果一致。无论在现实生活还是网络虚拟场域,大学生很容易接触到在不同方面比自己更优秀的人,在与他人比较过程中容易产生失落、难过等负性情感体验,影响主观幸福感。

根据相对剥夺感理论,社会比较使劣势方感知到不利地位,引发消极情绪体验,对心理健康发展造成负向影响^[30]。本研究发现,相对剥夺感在社会比较倾向对主观幸福感的负向预测中起部分中介作用,验证了相对剥夺感理论。赵锦哲等研究也发现,社会比较倾向越高的大学生越容易产生相对剥夺感,引发焦虑、抑郁等不良情绪,降低主观幸福感^[31]。大学生在与优秀的同学相比时感知到自己的不足,而短期内又很难提升,易产生相对剥夺感,降低自尊,影响生活满意度和幸福感。

研究还发现,自我概念清晰性显著增强了相对剥夺感对主观幸福感的负向预测作用。根据选择性通达模型,当个体无法达到知觉到的比较标准,即无法通过努力改变与比较标准之间的差异时,会产生行为抑制导致消极对比效应^[32]。高自我概念清晰性个体通常更清楚差距的具体方面,更明确觉察引发剥夺感体验的内容和原因,当感知到当前劣势环境

并非依靠自身努力能够解决时,对主观幸福感的冲击将愈发强烈^[33,34]。研究还显示,自我概念清晰性可以削弱社会比较倾向对主观幸福感的负向预测作用,这与胡东和郭英^[35]的研究结果一致。自我概念清晰性具有压力缓冲效应^[36]。高自我概念清晰性的个体其社会比较倾向对主观幸福感的直接负向预测效应减弱,因为自我概念清晰性较低的个体更需要依靠外部情境信息获得自我认知,容易影响情绪状态,而自我概念清晰性较高的个体可以更准确地解释和评估社会比较的结果,更倾向采取积极的应对方式进行心理调适,有助于提升主观幸福感^[37]。可见,自我概念清晰性在社会比较倾向与主观幸福感关系中的作用较为复杂。

参 考 文 献

- 1 Gibbons FX, Buunk BP. Individual difference in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 76: 129-142
- 2 Langer E, Pirson M, Delizonna L. The mindlessness of social comparisons. *Psychology of Aesthetics Creativity & the Arts*, 2010, 4(2): 68-74
- 3 Gardner WL, Gabriel S, Hochschild L. When you and I are "we", you are not threatening: The role of self-expansion in social comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002, 82(2): 239-251
- 4 Vogel EA, Rose JP, Okdie BM, et al. Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality & Individual Differences*, 2015, 86: 249-256
- 5 吴文峰, 李婷, 卢永彪, 等. 大学生社会比较倾向与抑郁: 人际自立影响的性别差异. *心理科学*, 2019, 42(3): 591-597
- 6 Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 2000, 55(1): 34-43
- 7 韩晓燕, 迟毓凯. 自发社会比较中的威胁效应及自我平衡策略. *心理学报*, 2012, 44(12): 1628-1640
- 8 熊猛, 叶一舵. 相对剥夺感: 概念、测量、影响因素及作用. *心理科学进展*, 2016, 24(3): 438-453
- 9 Kim Hyunji. Social comparison, personal relative deprivation, and materialism. *The British Journal of Social Psychology*, 2017, 56(2): 373-392
- 10 Ohno H, Lee KT, Maeno T. Feelings of personal relative deprivation and subjective well-being in Japan. *Behavioral Sciences*, 2023, 13(2): 18
- 11 Pan C, Zhao MH. How does upward social comparison impact the delay discounting: The chain mediation of belief

- in a just world and relative deprivation. *Psychology in the Schools*, 2023, 61(1): 7-16
- 12 李月梅. 大学生羞怯与主观幸福感的关系: 上行社会比较和相对剥夺感的链式中介作用. 江西师范大学, 2018
- 13 Campbell JD, Trapnell PD, Heine SJ, et al. Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70: 141-156
- 14 Emery LF, Walsh C, Slotter EB. Knowing who you are and adding to it: Reduced self-concept clarity predicts reduced self-expansion. *Social Psychological and Personality Science*, 2015, 6(3): 259-266
- 15 Servidio R, Sinatra M, Griffiths MD, et al. Social comparison orientation and fear of missing out as mediators between self-concept clarity and problematic smartphone use. *Addictive Behaviors*, 2021. 122
- 16 Miao HL, Li ZX, Yang YK, et al. Social comparison orientation and social adaptation among young Chinese adolescents: The mediating role of academic self-concept. *Frontiers in Psychology*, 2018, 9: 1067-1078
- 17 甄月桥, 李佳焱. 大学生社会比较、一般自我概念对物质主义的影响. *中国健康心理学杂志*, 2022, 30(1): 86-91
- 18 聂晗颖, 甘怡群. 自我概念清晰性与生命意义感及主观幸福感的关系. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(5): 923-927
- 19 Cho Y, LEE JY. The mediating effects of upward social comparison moderated by cognitive flexibility on the relationship between instagram use pattern and subjective well-being. *Human Understanding and Counseling*, 2022, 43(2): 1-24
- 20 English T, Chen S. Self-concept consistency and culture: the differential impact of two forms of consistency. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2011, 37(6): 838-849
- 21 王明姬, 王垒, 施俊琦. 社会比较倾向量表中文版的信效度检验. *中国心理卫生杂志*, 2006, 14(5): 302-305, 316
- 22 马彪. 相对剥夺感与社会适应方式: 中介效应和调节效应. *心理学报*, 2012, 44(3): 377-387
- 23 牛更枫, 孙晓军, 周宗奎, 等. 青少年社交网站使用对自我概念清晰性的影响: 社会比较的中介作用. *心理科学*, 2016, 39(1): 97-102
- 24 王焕贞, 江琦, 侯璐璐. 大学生性格优势对主观幸福感的影响: 优势运用和压力性生活事件的作用. *心理发展与教育*, 2017, 33(1): 95-104
- 25 郑雪, 严标宾, 邱林. 幸福心理学. 广州: 暨南大学出版社, 2004
- 26 黄丽, 杨廷忠, 季忠民. 正性负性情绪量表的中国人群适用性研究. *中国心理卫生杂志*, 2003, 11(1): 54-56
- 27 张忠仁. 幸福教育的主题: 提升主观幸福感的心理学策略. *辽宁教育研究*, 2007, 203(3): 117-118
- 28 张霞, 林嘉仪, 张积家. 被动性社交网站使用与孤独感的关系及其链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2020, 28(1): 63-66, 162
- 29 孙庆民, 刘一帆. 社会比较对大学生抑郁的影响: 有调节的中介效应. *心理学探新*, 2020, 40(2): 183-187
- 30 Mummendey A, Kessler T, Klink A, et al. Strategies to cope with negative social identity: Predictions by social identity theory and relative deprivation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 76: 229-249
- 31 赵锦哲, 王莹, 李驰宇, 等. 羞怯对相对剥夺感的影响: 偏执和社会比较的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2019, 27(3): 591-594
- 32 Mussweiler T. Comparison processes in social judgment: Mechanism and consequences. *Psychological Review*, 2003, 110(3): 472-489
- 33 Yudkin DA, Liberman N, Wakslak C, et al. Better off and far away: Reactions to others' outcomes depends on their distance. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 2020, 156: 13-23
- 34 Zheng XG, Jing CY, Liu Y, et al. Why are people 'Lying Flat'? Personal relative deprivation suppresses self-improvement motivation. *British Journal of Social Psychology*, 2023, 62(2): 932-948
- 35 胡东, 郭英. 大学生移动社交网络人际交往与主观幸福感的关系: 有调节的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 2021, 29(9): 1376-1381
- 36 周浩, 周倩羽. 体育锻炼赋能大学生主观幸福感提升: 认知重评与心理韧性的链式中介作用. *山东体育学院学报*, 2022, 38(1): 105-111
- 37 胡心怡, 陈英和. 大学生生活事件对幸福感的影响: 自我概念清晰性和应对方式的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 2017, 25(10): 1580-1584

(收稿日期: 2024-03-26)