

宗教信仰对少数民族大学生心理健康和主观幸福感的影响

杨玲, 李毅, 张娟娟

(西北师范大学心理学院, 甘肃兰州 730070)

[摘要] 宗教信仰对少数民族大学生各方面都有重要影响, 研究从心理学角度探讨了宗教信仰对少数民族大学生心理健康和主观幸福感的影响。通过 SCL-90 和主观幸福感量表调查得知, 少数民族大学生的心理健康水平总体良好, 但在躯体化、强迫、焦虑、恐惧因子方面心理健康水平较低; 少数民族大学生主观幸福感总体水平较高, 他们在总体生活满意度和积极情感水平较高、消极情感较低; 宗教信仰对少数民族大学生心理健康和主观幸福感起积极的调节作用。

[关键词] 民族大学生; 宗教信仰; 心理健康; 主观幸福感

[中图分类号] B 920; G 444

[文献标识码] A

[文章编号] 1674-5779(2013)05-0055-05

一、引言

宗教是人类文明发展的产物, 是文化的基本要素之一。Pargament (1997) 认为, “宗教是一种过程, 是对与神圣事物相关的事物或方式意义的一种追求”。^[1] 宗教信仰关系到人的精神世界, 美国著名心理学家 James 认为, 宗教经验对道德的提高和心理健康有积极的作用。^[2] 调查显示, 我国现有信教人数 1 亿余人, 其中少数民族信教人数所占比重较大。^[3] 少数民族群体作为一个亚文化群体, 在进入汉族文化圈时难免存在一定的适应问题。在少数民族人口流动中, 民族大学生是较大的群体之一, 他们在融入汉文化过程中也会出现一定的心理问题。^[4] 同时, 幸福感是心理健康的重要标志之一, 主观幸福感是衡量个人生活质量的重要综合性心理指标,^[5] 经常体验到幸福感的人就是一个心理健康成长的人。^[6] 因此, 了解少数民族大学生的心理健康状况, 加强他们的心理健康教育是高校的一项重要内容。^[7]

宗教信仰作为一种特殊的心理需要, 部分大学生认为宗教信仰能够弥补和治愈心灵创伤。^[8] 戴燕在调查青海省基督教徒信教的变化后发现, 基督教徒都认为自己信教后在身心等方面发生了积极的变

化。^[8] 有研究者认为, 在当代的心理治疗中, 宗教信仰有着重要的作用, 宗教信仰与健康、幸福有着积极的关系,^[9] 宗教信仰可以促进个体主观幸福感。^[10] 目前, 国内对于宗教的研究大多集中于哲学思辨研究, 相关心理学研究明显不足, 还处于一种零星探索阶段。^[9,10] 而且, 从心理学角度研究宗教问题的实证研究更是非常有限。通过以上梳理, 宗教信仰对信徒的健康、幸福有重要的积极作用。那么, 民族大学生作为少数民族群体中特殊人群, 宗教信仰对少数民族大学生的心理健康和主观幸福感的影响尚不明晰。因此, 本研究从心理学研究角度出发, 探讨宗教信仰对少数民族大学生的心理健康和主观幸福感的影响。以期为的高校民族生心理健康教育和主观幸福感提升提供参考和依据。

二、被试和方法

(一) 被试

采用随机抽样的方法, 以甘肃省某高校民族班大学生作为研究对象。发放问卷 460 份, 回收有效问卷 447 份, 有效回收率为 97.17%。其中男生 169 人, 女生 278 人; 年龄为 20.83 ± 1.54 岁; 大一 132 人, 大二 155 人, 大三 120 人, 大四 40 人。

(二) 研究工具

[收稿日期] 2013-09-20

[作者简介] 杨玲 (1962—), 女, 湖南长沙人, 西北师范大学教授, 主要从事应用心理学研究

症状自评量表 (Self-reporting -Inventory, SCL-90): 由 L. R. Derogatis 1975 年编制, 王征宇等 1984 年修订, 强迫症状 (10 个项目)、包括躯体化 (12 个项目)、人际关系敏感 (9 个项目)、焦虑 (10 个项目)、抑郁 (13 个项目)、敌对 (6 个项目)、恐怖 (7 个项目)、精神病性 (10 个项目)、偏执 (6 个项目)、其他 (7 个项目) 等 10 个分量表测查少数民族大学生心理健康状况。该量表采用 5 级评分制法, 其中 1 表示没有, 2 表示很轻, 3 表示中等, 4 表示偏重, 5 表示严重。SCL-90 具有较好的信度和效度,^[11] 同时也在少数民族心理健康状况调查中得到了广泛的运用。^[12]

主观幸福感量表: 由 Ed Diener 等编制, 包括整体生活满意度、积极情感体验、消极情感体验等三个分量表。^[13] 该量表采用 7 点量表评定: 1 分表示根本没有, 7 分表示所有时间, (变化趋势: 由无到有, 由弱到强)。相应量表分 (即项目均分) 是量表中各项目分累加起来, 再除以项目数。该量表在跨文化研究中证实具有良好的信效度,^[14] 在本研究中该量表的内部一致性系数 (Alpha) 分别为 0.81, 0.81, 0.78, 同样达到了心理测量学要求。

人口学统计问卷: 包括年龄、性别、学院、年级、民族、专业、政治面貌、宗教信仰、生源地、居住地和学历中各民族占有的情况 (汉族人数占多数, 本民族人数占多数, 汉族与本民族人数差不多, 其他少数民族人数占多数) 等。

(三) 数据收集方式

对所选研究对象进行问卷的方式调查, 考虑到少数民族大学生对汉语理解的文化水平差异, 采用 3 名主试负责一次调查, 集中 5 天完成。在确认调查对象完全理解指导语之后开始填写问卷。为了确保问卷的真实性和有效性, 采用不记名方式进行填写, 并且当场回收并粗略审查问卷, 以免漏填、错填。

(四) 统计方法和数据处理

采用 SPSS13.0 统计软件进行统计分析, 包括描述性统计、t 检验以及协方差分析等。

三、研究结果

(一) 少数民族大学生基本情况

此次调查的少数民族大学生的民族构成情况涉及壮族、彝族、维吾尔族、苗族、蒙古族、满族、回族、东乡族、藏族等 9 个民族 (见表 1), 其中无宗教信仰的有 113 人, 信仰佛教有 70 人, 信仰

伊斯兰教有 264 人。从表 1 可以看出, 本次调查的少数民族大学生主要以回族为主, 同时调查其他不同的少数民族 (9 个)。

表 1 各少数民族大学生民族构成情况 (N=447)

	频数	百分比	有效百分比	累积百分比
壮	17.00	3.80	3.80	3.80
彝族	13.00	2.90	2.90	6.70
维吾尔	25.00	5.60	5.60	12.30
苗	16.00	3.60	3.60	15.90
蒙古	33.00	7.40	7.40	23.30
满	10.00	2.20	2.20	25.50
回	204.00	45.60	45.60	71.10
东乡	54.00	12.10	12.10	83.20
藏	75.00	16.80	16.80	100.00
Total	447.00	100.00	100.00	16.80

为了解少数民族大学生成长中周围的民族构成情况, 本研究调查了他们的居住地和学历各阶段的各民族人数情况, 如图 1 所示。

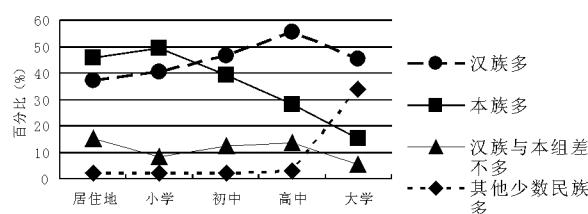


图 1 各少数民族大学生居住地和各教育阶段的民族人口占有情况 (N=447)

从我们的调查统计得知, 在他们的居住地中认为本族人数占多数达到了 45.6%, 小学阶段认为本族人数占多数有 49.2%, 初中阶段认为本族人数占了 39.1%, 高中阶段认为本族人数占多数的有 28%, 大学阶段认为本族人数占多数只有 15.2%, 由上图可以看出, 随着受教育程度的提高, 各少数民族大学生认为汉族占多数也逐步上升。

(二) 少数民族大学生总体心理健康和主观幸福感情况

从元分析的数据来看, 民族生心理健康水平和大学生更接近, 采用张智勇等 1998 年的研究成果更适合作为中国大学生 SCL-90 调查比较标准。^[12] 因此, 本研究对少数民族大学生在 SCL-90 因子与中国大学生常模进行比较, 如表 2 所示。

从表 2 可以看出, 少数民族大学生在躯体化、强迫、焦虑、恐惧因子均分显著高于中国大学生常模, 说明他们的这几个因子健康水平较差, 而在人际关系、偏执因子均分却显著低于中国大学生常模, 他们在这几个因子上健康水平表现良好。此

外,在抑郁、敌对和精神病性因子均分上与中国大学生常模差异不显著。因此,可以看出少数民族大学生的心理健康状况情况比较复杂,并非是线性单一的情况。

表2 SCL-90因子与中国大学生常模的比较
(N=447, X±SD)

	少数民族大学生	中国大学生常模	t值
躯体化	1.63±0.66	1.45±0.49	5.68***
强迫	2.16±0.72	1.98±0.64	5.21***
人际关系	1.89±0.67	1.98±0.74	-2.71*
抑郁	1.85±0.67	1.83±0.65	0.66
焦虑	1.77±0.69	1.64±0.59	3.86***
敌对	1.75±0.69	1.77±0.68	-0.66
恐惧	1.65±0.65	1.46±0.53	6.22***
偏执	1.71±0.62	1.63±0.54	-5.00***
精神病性	1.66±0.62	1.63±0.54	0.99

注:*代表 $p<0.05$,**代表 $p<0.01$,***代表 $p<0.001$ (下同)。

主观幸福感包括三个分量表,分别是总体生活满意度,积极情感和消极情况三个方面。少数民族大学生其得分情况如表3所示。

表3 少数民族大学生主观幸福感调查基本情况 (N=447)

	总体生活满意度	积极情感	消极情感
M	3.61	4.25	3.00
SD	1.11	1.04	0.89

由于采用7点量表计分,各分量表均分都为3.5分。从上表可以看出,少数民族大学生在积极情感上高于量表均分,消极情感则低于量表均分,在总体生活满意度上近似量表均分。所以,少数民族大学生主观幸福感总体水平较高,他们在总体生活满意度和积极情感的情况乐观向上,体验到较低的消极情感。

(三)宗教信仰与少数民族大学生心理健康的关系

以宗教信仰为自变量,性别、年龄和民族为协变量,少数民族大学生心理健康为因变量作协方差分析,如表4所示。结果显示,宗教信仰对少数民族大学生心理健康大部分因子均分无显著差异,但在躯体化、抑郁和焦虑因子上均分有显著差异。并且,结合上文分析得知,宗教信仰对少数民族大学生的躯体化、焦虑因子有显著影响,而在抑郁因子上,少数民族大学生得分与大学生常模均分无显著差异。通过进一步的事后多重比较得知(LSD):在躯体化因子上,信仰伊斯兰教的少数民族大学生均分显著大于信仰佛教的少数民族大学生均分(MD=0.20, $p<0.05$);在焦虑因子上,信仰伊斯兰教的少数民族

大学生均分显著大于无宗教信仰少数民族大学生均分(MD=0.20, $p<0.05$);在抑郁因子上,信仰伊斯兰教的少数民族大学生均分显著大于无宗教信仰的少数民族大学生均分(MD=0.02, $p<0.05$),信仰伊斯兰教的少数民族大学生均分显著大于信仰佛教的少数民族大学生均分(MD=0.19, $p<0.05$)。

表4 宗教信仰与少数民族大学生心理健康的比较
(N=447, X±SD)

	无宗教信仰	信仰佛教	信仰伊斯兰教	F值
躯体化	1.56±0.58	1.50±0.60	1.69±0.71	3.26*
强迫	2.07±0.64	2.06±0.64	2.22±0.76	2.34
人际关系	1.77±0.58	1.87±0.71	1.95±0.70	2.75
抑郁	1.75±0.61	1.74±0.65	1.92±0.70	3.70*
焦虑	1.65±0.56	1.63±0.66	1.85±0.73	5.30**
敌对	1.72±0.65	1.67±0.66	1.78±0.71	0.87
恐惧	1.56±0.59	1.58±0.65	1.71±0.67	2.56
偏执	1.74±0.60	1.59±0.54	1.72±0.64	1.42
精神病性	1.58±0.52	1.57±0.57	1.72±0.66	3.01

(四)宗教信仰与少数民族大学生主观幸福感的关系

以宗教信仰为自变量,性别、年龄和民族为协变量,少数民族大学生主观幸福感为因变量作协方差分析,如表5所示。结果显示,宗教信仰对少数民族大学生的主观幸福感的总体生活满意度维度和消极情感维度有显著影响。通过进一步的多重比较得知(LSD):在总体生活满意维度上,无宗教信仰的少数民族大学生均分显著高于信仰伊斯兰教的少数民族大学生均分(MD=0.35, $p<0.01$);在消极情感维度上,信仰佛教的少数民族大学生均分显著大于无宗教信仰的少数民族大学生均分(MD=0.43, $p<0.01$)。结合上文主观幸福感的调查情况得知,少数民族大学生在总体生活满意度上均分与量表均分接近,消极情感明显低于量表均分。

表5 宗教信仰与少数民族大学生主观幸福感的比较
(N=447, X±SD)

	无宗教信仰	信仰佛教	信仰伊斯兰教	F值
总体生活满意度	3.85±1.08	3.65±1.05	3.50±1.13	4.17*
积极情感	4.33±1.09	4.05±0.94	4.26±1.03	1.70
消极情感	2.78±0.87	3.21±0.80	3.03±0.91	5.74*

四、分析和讨论

(一)少数民族大学生调查基本情况分析

本研究表明,少数民族大学生成长过程也是与汉族群体接触增多的过程,受教育程度的提升促进了他们与汉族等群体的接触,这可以认为是他们汉

化的过程。需要注意的是,在我们的调查中发现,少数民族大学生在进入大学后普遍认为,周围其他少数民族的学生明显高于高中以下的阶段,这也说明他们在进入大学后接触的全国各地各民族的学生机会增大,这为他们学习其他地区或民族的优秀品质提供了机会和平台。

(二) 少数民族大学生主观幸福感和心理健康水平分析

本研究表明,少数民族大学生的主观幸福感总体良好,这与冉冉等的研究得到了相似的结论。^[15]少数民族大学生由于逐渐进入主流的汉文化圈,他们得到了更好的学习和发展机会,这可能会提高他们的总体生活满意度。而且,他们在学习和融合文化的过程中,能够充分与同学交流合作,得到父母和老师的支持,这不仅为他们积极情感的建立创设了窗口,也为他们消极情感的排解提供了条件和帮助。因此,少数民族大学生的主观幸福感的状况是多因素综合的结果。Donelson认为,幸福感也是心理健康的指标之一,^[16]主观幸福感是幸福感的一个重要方面,少数民族大学生的主观幸福感水平较高也从一定程度上表明了他们的心理健康水平。而且,从SCL-90的测查得知,他们在人际关系、偏执因子、抑郁、敌对和精神病性这几个因子上表现了良好的健康水平。但是,他们在躯体化、强迫、焦虑、恐惧因子上表现出健康水平不高,这说明他们可能有身心上不适的情况出现,在进入大学以后,他们可能面临了诸多的不适应,这不仅表现在自然环境的变化,也表现在心理环境的变化。^[17]

(三) 宗教信仰对少数民族大学生心理健康和主观幸福感的影响分析

本研究表明,宗教信仰总体上对少数民族大学生心理健康和主观幸福感有积极的作用,这与有的研究结果一致。^[18]需要特别注意的是:信仰伊斯兰教的少数民族大学生在躯体化、焦虑以及抑郁因子上得分都较高于信仰佛教或无宗教信仰的民族生,这说明信仰伊斯兰教的民族生在这几方面的心理健康水平较低。这可能与他们共同的宗教情感归属和穆斯林的伦理规范及秩序原则有关系,他们只是在

伊斯兰教的核心信仰下形成了共同的归属感和心理素质,^[19]进入高校后需要渡过一个心理适应期。因此,这提示高校在对少数民族大学生心理健康教育的时候尤其需要注意信仰伊斯兰教的学生的各种变化,更加积极的引导和帮助他们适应文化,提高他们的心理健康水平。

本研究表明,少数民族大学生的主观幸福感总体水平较高。进一步的分析得知:在总体生活满意维度上,无宗教信仰的少数民族大学生均分显著高于信仰伊斯兰教的少数民族大学生均分(MD=0.35, $p<0.01$);在消极情感维度上,信仰佛教的少数民族大学生均分显著大于无宗教信仰的少数民族大学生均分(MD=0.43, $p<0.01$)。少数民族大学生在总体生活满意度上均分与量表均分接近,消极情感明显低于量表均分。因此,无宗教信仰的少数民族大学生和信仰佛教的少数民族大学生总体生活满意度更高,无宗教信仰的少数民族大学生和信仰伊斯兰教的少数民族大学生体验更少的消极情感,说明了宗教信仰对主观幸福感有一定的调节作用。少数民族大学生由于其自身的特殊性,这可能与少数民族大学生的认知方式和认知风格有一定的关系。^[20]

由以上讨论和分析,我们认为,宗教信仰对少数民族大学生心理健康和主观幸福感有一定的积极调节作用,但三者交互影响,关系复杂,^[18]了解其宗教信仰对他们心理健康和主观幸福感的影响需要进一步的深入探讨和研究。

五、结论

本研究从心理学角度探讨了宗教信仰对少数民族大学生心理健康和主观幸福感的影响,得出的结论是:(1)少数民族大学生的心理健康水平总体情况良好,但在躯体化、强迫、焦虑、恐惧因子上健康水平较低;(2)少数民族大学生主观幸福感总体水平较高,他们在总体生活满意度和积极情感水平较高、消极情感较低;(3)宗教信仰对少数民族大学心理健康和主观幸福感起积极的调节作用,它们之间的关系比较复杂。

[参考文献]

[1] Pargament, K. I., The psychology of religion and coping [M]. New York: Guilford Press, 1997.
[2] 威廉·詹姆斯. 宗教经验种种 [M]. 尚新建,译. 北京:华夏出版社,2008.

[3] 王文东. 少数民族大学生宗教信仰状况的调查研究——以中央民族大学学生为主要对象的报告 [J]. 民族教育研究, 2007, (05): 76-81.
[4] 阿荣. 少数民族大学生心理健康教育的文化取向

- [J]. 民族教育研究, 2010, (01): 80—84.
- [5] 严标宾, 郑雪, 邱林. 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, (02): 139—144.
- [6] 谭春芳, 邱显清, 李焰. 初中生幸福感影响因素的研究 [J]. 中国心理卫生杂志, 2004, (10): 51—53.
- [7] 伊拉勒图. 民族高校大学生心理健康教育体系构建 [J]. 西北人口, 2012, (06): 126—129.
- [8] 戴燕. 青海省基督教徒宗教皈依原因分析 [J]. 青海社会科学, 2008, (06): 162—166.
- [9] 徐凯. 宗教的心理哲学及其交叉领域研究 [J]. 求索, 2013, (01): 65—75.
- [10] 李昊, 叶苑秀, 张卫. 当前研究生的精神信仰及其与健康、主观幸福感的关系 [J]. 华南师范大学学报: 社会科学版, 2010, (04): 61—65.
- [11] 张明圆. 精神科评定量表手册 [M]. 长沙: 湖南科技出版社, 1993.
- [12] 罗鸣春, 黄希庭, 严进洪, 等. 中国少数民族大学生心理健康状况的元分析 [J]. 心理科学, 2010, (04): 13—18.
- [13] E, DienerM, Diener C. Factors predicting the subjective well-being of nations [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1995, (68): 653—663.
- [14] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版) [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999.
- [15] 冉苒, 张长英. 内地西藏班(校)初中生主观幸福感研究 [J]. 贵州民族研究, 2013, (01): 211—215.
- [16] Donelson E. Psychology of religion and adolescents in the United States: past to present [J]. Journal of Adolescence, 1999, (2): 187—204.
- [17] 葛鲁嘉. 心理环境论说——关于心理学对象环境的重新理解 [J]. 陕西师范大学学报: 哲学社会科学版, 2006, (01): 105—110.
- [18] 高承海, 王丽君, 万明钢. 少数民族大学生的宗教认同与心理健康的关系 [J]. 民族教育研究, 2012, (01): 38—44.
- [19] 张建芳, 王丽宏. 城市化进程中回族伊斯兰文化的调适和发展——以宁夏回族自治区吴忠市为例 [J]. 回族研究, 2007, (01): 62—70.
- [20] 许思安, 郑雪. 少数民族的认知方式 [J]. 心理科学进展, 2012, (08): 73—77.

Religion Beliefs Effect on the Mental Health and Subjective Well-being of Minority College Students

YANG Ling, LI Yi, ZHANG Juan-Juan

(Northwest Normal University, School of psychology, Lanzhou, Gansu, 730070, PRC)

[**Abstract**] Religion beliefs have a significant impact on every aspect of minority college students, this study from the psychological point of view to explore the impact of religion on mental health and subjective well-being of minority college students. We used the SCL-90 and SWB for the investigation, the result showed that minority college students' mental health is generally good, but a lower level of health on somatization, anxiety, fear factor; minority college students overall level of subjective well-being. In addition, high level of overall life satisfaction and positive emotions high, low negative emotions; it is demonstrated that religion plays an active role on regulating the mental health and subjective well-being of the minority college students, and the relationship between them is more complicated.

[**Key words**] Minority College Students; Religion Beliefs; Mental Health; Subjective Well-being

(责任编辑 陈育/校对 云月)