

社会支持与真实幸福感的关系:希望的中介作用

周蜀溪

(四川师范大学教师教育学院,四川省教师教育研究中心,成都 610068)

【摘要】 目的:以往研究探讨社会支持和幸福感之间的中介效应,其效果量均较低。本研究从幸福感的测量和希望这一更重要的中介变量进一步探讨,并进行验证。方法:采用领悟社会支持量表(PSSS)、成人特质希望量表(ADHS)和幸福导向量表(OHS)对四所大学/学院大学生进行调查,收回 355 份有效问卷。采用偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 方法进行中介效应检验。结果:领悟社会支持、成人特质希望与真实幸福感之间两两成显著正相关;简单中介效应的 Bootstrap 置信区间大于 0,其效果量 ab/c 为 84.4%。结论:希望在领悟社会支持与真实幸福感间起中介作用。

【关键词】 希望;社会支持;真实幸福感;中介作用

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2013)03-0515-03

The Relation Between Social Support and Authentic Well-being: Hope as a Mediator

ZHOU Shu-xi

Teacher Educational Department, Sichuan Normal University;

Teacher Education Research Center of Sichuan Province, Chengdu 610068, China

【Abstract】 **Objective:** The effective size of the mediation relation between social support and well-being was comparatively low. We further explore this by introducing new well-being model and new mediation variable, i.e., hope. **Methods:** Three hundred and fifty-five college students from four colleges were investigated with PSSS, ADHS and OHS. Bias-corrected Nonparametric Percentile Bootstrap Method was used to test mediation effect. **Results:** Perceived social support, adult dispositional hope and authentic well-being were significantly correlated, respectively. Bootstrap confidence interval of mediation effect was greater than 0. The effect sizes were 84.4% for ab/c . **Conclusion:** Hope plays an important role to mediate the effect of social support on authentic well-being.

【Key words】 Hope; Social support; Authentic well-being; Mediation

幸福是人生的最终目标,追求幸福是每一个人的生活动力。跨文化研究表明,在西方个体主义文化影响下,西方人把自我看成是独立的、独特的,其幸福感的最重要预测因素是个人成就与自尊;而在东方集体主义文化下,东亚人把自我看成是相互依靠、相互联结的,其幸福感的最好预测因素是关系和谐和知觉社会支持^[1-3]。外在的社会支持是如何影响内在的幸福感的呢?严标宾和郑雪^[4]探讨了自尊在社会支持与主观幸福感之间的中介作用,其效果量 ab/c 为 9.3%。曹科岩和曾亚纯^[5]探讨了心理控制感在社会支持与主观幸福感之间的中介作用,其效果量 ab/c 为 19.0%。这两个中介效应的效果量都是很低的。本研究试着在以往研究的基础上从两方面对社会支持与幸福感之间关系作进一步探讨:一是幸福感的理解与测量,二是社会支持与幸福感之间更重要的中介变量——希望。

幸福并不是随心所欲的主观心理体验,它取决于人的需要是否得到满足,人的潜能是否能够实现^[6]。幸福的体验具有主观性,但幸福的来源却具有客观

性;幸福的具体判断标准具有主观性,但幸福的层次却具有客观性^[7]。主观幸福感以快乐论(hedonism)为理论基础,只注重其主观形式而忽略了其客观内容,只强调快乐的主观体验,而忽视了人的主观能动性、生命意义与潜能发挥,未能全面反映幸福感。Peterson, Park 和 Seligman^[8]以快乐论(Hedonism Theory)、自我实现论(Eudaimonism Theory)和流畅感理论(Flow Theory)为基础提出了真实幸福感模型,认为幸福感不仅包含享乐,同时也包括确立有意义目标,并投入追求该目标。真实幸福感能够更全面地反映人的幸福,因此本研究采用真实幸福感模型来反映幸福感。

希望是一种指向未来的认知、情绪和动力,是对个体具有重要意义和价值的目标有可能实现时所产生的一种信念,它包括目标、途径思维和意愿动力^[9]。高希望的个体相对于低希望的个体具有以下特点:①能够产生明确的目标;②当面对失败时,他们会将其归因为努力不够或尚未寻找到正确的策略方法,从而更加努力地去找寻多种策略方法;③较低水平的成绩焦虑与考试焦虑;④失败之后仍然能够维持

较高水平的积极情绪,这种积极情绪有助于维持一种能力感,从而在失败之后仍能坚持不懈^[10]。Park等^[11]采用“积极品质价值实践调查表”(Values in action inventory of strengths, VIA-IS) 调查表明,在24种积极品质中,与生活满意度相关系数最高的是希望。而社会支持与奇迹欣赏、工作投入、宗教信仰是构建希望的四种方式^[12]。对乳腺癌患者调查表明患者得到的社会支持越多,其希望水平越高^[13]。从以往研究可看出,社会支持有利于提高希望,而希望又对幸福感具有重要影响,因此,本研究推测:希望在社会支持与真实幸福感之间起中介作用。

1 对象与方法

1.1 被试与程序

选取四川师范大学、成都电子科技大学、乐山师范学院、成都航空职业技术学院四所大学/学院,在课堂上统一分发问卷,当场收回。按以下标准删除废卷:①漏答题超过4题(10%);②有明显不认真作答倾向,如都选同一选项、答“Z”字型,最后获得有效问卷355份,其中四川师范大学124份、成都电子科技大学86份、乐山师范76份、成都航空职业技术学院69份;男生104人,女生251人;文科181人、理工科174人;大一88人,大二175人,大三92人;年龄均值为20.72岁,标准差为1.30。

1.2 工具

1.2.1 领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS) Zimet等编制,黄丽、姜乾金、任蔚红修订^[14]。该量表共12题,包含家庭支持、朋友支持和重要他人支持三个维度。本研究中,为方便被试回答和保持被试回答倾向的一致性,全部采用5点量表。总量表的Cronbach α 为0.887,家庭支持维度、朋友支持维度和重要他人支持维度的Cronbach α 分别为0.770、0.837、0.784。

1.2.2 成人特质希望量表(Adult Dispositional Hope Scale, ADHS) Snyder等^[9]编制,陈灿锐、申荷永和李淅琮^[15]作了信效度检验。该量表共12题,其中,4题测量途径思维,4题测量意愿动力,另有4题为干扰项(filler)。总量表的Cronbach α 系数为0.78,途径思维和意愿动力的 α 系数分别是0.73、0.75。

1.2.3 幸福导向量表(the Orientations to Happiness Scale, OHS) Peterson, Park 和 Seligman 根据真实幸福感模型编制了幸福导向量表^[8]。陈国海作了中文版修订^[16]。该量表共18题,包含快乐(Pleasure)、投入(Engagement)和意义(Meaning)三个维度,其Cronbach α 分别为0.74、0.66和0.77。

1.4 统计

1.4.1 中介效应的检验 中介效应的检验方法有两种:因果步骤法(Causal-steps test)和系数乘法(Product-of-coefficient test)^[17]。因果步骤法即温忠麟等^[18]介绍的方法。这种方法的优点是简单易懂,但其存在以下缺点:不能控制测量误差;前提条件严格;统计功效相对较低;是通过一系列的假设检验去推测中介效应的有无,而不是直接检验中介效应 ab 是否显著不为0,因此无法直接提供中介效应的点估计,也就无法提供中介效应的置信区间^[17]。而系数乘法由于直接检验中介效应 ab 是否显著不为0,无需以系数 c 显著作为中介效应检验的前提条件,可以直接提供中介效应的点估计和置信区间,统计功效更高。因此本研究利用结构方程模型采用系数乘法中的偏差校正的非参数百分位Bootstrap方法(Bias-corrected Nonparametric Percentile Bootstrap Method)进行中介效应检验。采用SPSS 20.0和AMOS 18.0进行统计处理。

1.4.2 模型拟合指标 由于结构方程模型的复杂性,一般建议报告详细的模型拟合指标。模型拟合指标有:绝对拟合指标 χ^2/df 、GFI、AGFI、RMSEA,相对拟合指标CFI、TLI、NFI、IFI,简约拟合指标PGFI。一般认为, χ^2/df 小于3表示模型拟合得好,在3-5之间表示模型基本可以接受;RMSEA小于0.05表示模型拟合得好,在0.05-0.08之间表示模型基本可以接受;PGFI的标准是大于0.50,其他指标的标准是大于0.90^[19]。研究者指出,这些标准是统计学家根据数据模拟得出的,社会科学和心理学远远比这些模拟模型复杂得多,更重要的是这些模型的内在逻辑性,因此这些标准不应严格地作为“接受与否”的判断标准^[20,21]。

2 结果

2.1 社会支持、希望和真实幸福感的得分状况

被试在大学生领悟社会支持量表、成人特质希望量表和幸福导向量表上的题均值和标准差分别如下。家庭支持 3.79 ± 0.71 ,朋友支持 3.78 ± 0.65 ,重要他人支持 3.96 ± 0.68 ,领悟社会支持量表总分 3.85 ± 0.58 ;途径思维 3.64 ± 0.69 ,意愿动力 3.10 ± 0.57 ,成人特质希望量表总分 3.37 ± 0.54 ;快乐的生活维度 3.61 ± 0.57 ,投入的生活维度 3.30 ± 0.44 ,有意义的生活 3.47 ± 0.54 ,量表总分 3.46 ± 0.40 。

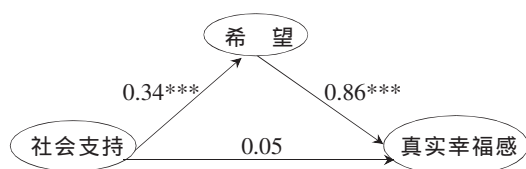
2.2 社会支持、希望和真实幸福感的相关

领悟社会支持、成人特质希望与真实幸福感之

间两两成显著正相关。领悟社会支持与成人特质希望的相关系数为 0.301($P<0.01$),与真实幸福感相关系数为 0.319($P<0.01$)。成人特质希望与真实幸福感之间的相关为 0.542($P<0.01$)。

2.3 希望的中介作用

构建结构方程模型(附图)。模型的拟合指标如下: $\chi^2/df=1.967$, $GFI=0.978$, $NFI=0.961$, $CFI=0.980$, $TLI=0.968$, $RMSEA=0.052$, $PGFI=0.512$ 。模型指标都达到标准,表示模型可接受。采用偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 方法求取 95% 的置信区间。Bootstrap 置信区间为(0.159, 0.443)。置信区间大于 0,表明中介效应显著。效果量采用间接效应与总效应之比,即 $ab/c=85.4\%$ 。



附图 简单中介效应的结构方程模型图

3 讨 论

本研究结果支持了希望在社会支持与真实幸福感之间起中介作用的假设。领悟社会支持与希望、希望与真实幸福感间的路径系数显著,领悟社会支持与真实幸福感的路径系数不显著;中介效应的 Bootstrap 置信区间大于 0,表明希望在社会支持与真实幸福感之间起着完全中介作用。在集体主义文化下,中国人自古以来就特别注重人与人之间的互助合作,“一个篱笆三个桩,一个好汉三个帮”。一个人能够获得他人更多的社会支持,包括各种信息支持、物质支持、情感支持,他实现目标的可能性就越大,越感到快乐;同时,在一个充满关怀与温暖的环境中,个体会更强烈地感受到生命的意义,感恩他人、感恩社会,更愿意努力去实现目标、回报他人、回报社会,从而幸福感更高。

希望在社会支持与真实幸福感之间的简单中介效应效果量 ab/c 为 84.4%,远大于自尊在社会支持与主观幸福感之间的中介效果量 (ab/c 为 9.3%),心理控制在社会支持与主观幸福感之间的中介效果量 (ab/c 为 19.0%)。由于是不同的研究,无法进行准确的比较,但在一定程度上可验证本研究的设想:采用真实幸福感模型可更好地解释幸福感;希望是社会支持与真实幸福感之间更重要的中介变量,有更高的解释率。

本研究采用的是自陈报告法,存在以下问题:①

在被试反应的精确性方面,被试回答可能不够认真、存在社会赞许效应、趋中趋势等;②本研究采用的三份量表均是正向陈述,没有反向陈述题,这在一定程度上会导致趋同效应,后续研究可在施测时加入一些反向陈述词作为填充题或测谎题;③本研究的被试仅有 355 名大学生,取样相对单一,样本量不是很大,后续研究可调查其他群体,或增大样本量。

参 考 文 献

- 1 Markus HR, Kitayama S. Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 1991, 98(2): 224
- 2 Uchida Y, Norasakkunkit V, Kitayama S. Cultural constructions of happiness: Theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 2004, 5(3): 223-239
- 3 Kitayama S, Park H. Cultural shaping of self, emotion, and well-being: How does it work? *Social and Personality Psychology Compass*, 2007, 1(1): 202-222
- 4 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. *心理发展与教育*, 2006, 22(3): 60-64
- 5 曹科岩,曾亚纯. 大学生社会支持、心理控制源与主观幸福感的关系. *中国临床心理学杂志*, 2008, 16(2): 195-197
- 6 苗元江. *心理学视野中的幸福*. 天津:天津人民出版社, 2009
- 7 高良,郑雪,严标宾. 当代幸福感研究的反思与整合——幸福感三因素模型的初步建构. *华南师范大学学报(社会科学版)*, 2011, 5: 129-136
- 8 Peterson C, Park N, Seligman MEP. Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 2005, 6(1): 25-41
- 9 Snyder CR, et al. The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1991, 60(4): 570
- 10 Shorey HS, et al. Hope and personal growth initiative: A comparison of positive, future-oriented constructs. *Personality and Individual Differences*, 2007, 43(7): 1917-1926
- 11 Park N, Peterson C, Seligman MEP. Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2004, 23(5): 603-619
- 12 Hall BA. Ways of maintaining hope in HIV disease. *Research in Nursing and Health*, 1994, 17(4): 283-293
- 13 姚晚侠,姚聪. 乳腺癌患者社会支持与希望水平的相关性研究. *中国健康心理学杂志*, 2007, 15(1): 83-86
- 14 汪向东,王希林,马弘. *心理卫生评定量表手册*. 增刊. 北京:中国心理卫生杂志, 1999. 131-133
- 15 陈灿锐,申荷永,李浙琮. 成人素质希望量表的信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(1): 24-26

向、过敏倾向及身体症状上的得分显著高于非寄宿小学生。究其原因,可能是因为一方面,寄宿生一天的生活完全围绕学习进行,包括早晚自习、正常课程全部与学习有关,学生之间的竞争压力大,课业负担重,更容易引发学生的学习焦虑情绪。另一方面,寄宿学校于周一至周五替代父母行使管理孩子的职责,为有效管理小学生制定了一系列严格的校园规章制度,如早晚自习制度、班级评分制度、宿舍生活制度等,比非寄宿制学校的制度更严苛,不仅涉及到学习方面,更是渗透到了生活方面,客观上提高了学生对自身的要求与评价标准,主观上,严苛的管理制度则使得学生更加敏感,容易为一些小事烦恼^[18]。再者,有研究^[16,17]显示,与父母沟通越少,学生越倾向于自责。而受寄宿环境的影响,学生长时间待在学校,一周仅有两天时间回到家中,且每次回家都有大量的作业要做,较少能与父母交流沟通。而种种焦虑叠加,因此可能引起寄宿学生的生理反应,如心跳、胸闷、头重、出冷汗、皮肤苍白等问题出现。

交互作用分析结果显示:寄宿五年级生的家庭环境得分显著高于非寄宿五年级生学生,寄宿六年级生的恐怖倾向及冲动倾向的得分高于非寄宿六年级生。学生寄宿在校,生活环境一般限于教室、食堂、球场、宿舍及来回路上,相对家庭生活而言更为单调简单,且又因为长时间待在学校,学生家长往往会产生情感补偿心理,对孩子更为顺从。这可能是寄宿五年级学生对家庭环境的适应优于非寄宿五年级学生的缘由。而升入六年级后,大部分学生进入青春期,自我意识不断发展,使其变得非常敏感易冲动,期望得到家人及同伴的肯定与认可,更为害怕他人否定自己^[19]。尤其是寄宿在校的学生面对的同伴竞争压力大,冲突事件更多,又缺乏父母的及时关注与指导,其冲动性也就比非寄宿学生更高。

参 考 文 献

- 董树梅. 城市寄宿制小学“热”的原因探析. 西北成人教育学报, 2005, 2: 63-65
- 张艳, 杨秀英, 等. 分司厅小学寄宿生心理健康的调查. 北京教育研究, 2004, 10: 18-20
- 周念莉. 寄宿制学校利弊谈. 家庭教育, 2007, 4: 11-12
- 贺武华. 孩子眼中的农村寄宿制小学: 办学现状及发展建议——基于山东蒙阴县 8 所寄宿制小学的调研. “公平、质量、效率: 农村教育政策的抉择”国际学术研讨会论文集. 吉林: 东北师范大学, 2009. 254-260
- 李德亮. 寄宿和走读高中生学业成绩及心理健康状况比较研究——以山东省实验中学为个案. 山东: 山东师范大学, 2007
- 杨毅. 反思当前寄宿制对学生发展的利弊影响. 现代中小学教育, 2010, 9: 4-6
- 徐金尧, 石峻, 叶尚侃, 等. 民办寄宿学校与公办走读学习 9-11 岁儿童身体形态比较分析. 北京体育大学学报, 2007, 30(1): 64-65
- 储小庆. 农村寄宿小学生学校适应问题及对策研究. 重庆: 西南大学, 2009
- 王芳, 杨培. 寄宿制与非寄宿制高中生社会适应性的比较. 现代中小学教育, 2008, 2: 55-56
- 王玲, 李崇勇, 郭华贵, 等. 寄宿制小学生行为与父母教养方式的研究. 中国心理卫生杂志, 2008, 22(7): 494-495
- 曹建英. 寄宿儿童与一般儿童人格特征的比较研究. 教育前沿, 2008, 6: 25-26
- 周步成. 学习适应性测验(AAT)手册. 华东师范大学心理系, 1991
- 周步成. 心理健康诊断测验(MHT)手册. 华东师范大学心理系, 1991
- 王永丽, 林崇德. 儿童社会生活适应量表的编制与应用. 心理发展与教育, 2005, 1: 109-114
- 咎旻. 寄宿与非寄宿制小学生自尊和孤独感的现状研究——以绵阳地区为例. 四川: 四川师范大学, 2011
- 高雪屏. 儿童青少年多动冲动行为与父母养育方式的关系. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(2): 36-38
- 杜红梅. 小学高年级学生应对方式与自我意识、家庭功能的关系. 中国特殊教育, 2007, 10: 71-73
- 王琪. 城镇中学生人际敏感问题与家庭因素的关系. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(2): 191-193
- 郭龙. 儿童社交焦虑与父母教养方式、气质类型关系之探讨. 曲阜师范大学硕士论文, 2011
- Barrett P. Structural equation modelling: Adjudging model fit. Personality and Individual Differences, 2007, 42 (5): 815-824
- Marsh HW, Hau KT, Wen Z. In search of golden rules: Comment on hypothesis-testing approaches to setting cutoff values for fit indexes and dangers in overgeneralizing Hu and Bentler's(1999) findings. Structural Equation Modeling, 2004, 11(3): 320-341

(收稿日期: 2012-10-10)

(收稿日期: 2012-11-24)

(上接第 517 页)

- Chen GH. Validating the orientations to happiness scale in a Chinese sample of university students. Social Indicators Research, 2010, 99(3): 431-442
- 方杰, 张敏强, 邱皓政. 中介效应的检验方法和效果量测量: 回顾与展望. 心理发展与教育, 2012, 1: 105-111
- 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 刘红云. 中介效应检验程序及其应用. 心理学报, 2004, 36(5): 614-620
- 吴明隆. 结构方程模型——AMOS 的操作与应用. 重庆: 重庆大学出版社, 2010. 37-53