

“蚁族”群体知觉压力与主观幸福感的关系:希望的调节作用

江红艳¹, 余祖伟², 陈晓曦^{*}

(1.中山大学管理学院,广东 广州 510275;2.广州广播电视大学管理学院,广东 广州 510091)

【摘要】 目的:探讨“蚁族”群体知觉压力与主观幸福感的关系,以及希望在二者关系中的调节作用。方法:采用知觉压力量表、成人希望特质量表、生活满意度量表和情感平衡量表对 389 名“蚁族”群体进行施测。结果:①“蚁族”群体知觉压力与生活满意度、积极情感呈显著负相关,与消极情感呈显著正相关。②希望与生活满意度、积极情感呈显著正相关,与消极情感呈显著负相关。同时,希望可调节知觉压力对消极情感的影响。结论:希望对知觉压力与“蚁族”群体主观幸福感某些方面的关系有调节作用。

【关键词】 希望; 幸福感; 知觉压力; “蚁族”

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2011)04-0540-03

Influences of Perceived Stress on Subject Well-being of “Ant Tribe”: Moderating Effect of Hope

JIANG Hong-yan, YU Zu-wei, CHEN Xiao-xi

School of Business, Sun Yat-sen University, Guangzhou 510275, China

【Abstract】 Objective: To explore the relationship amongst perceived stress, hope, and subject well-being, and the moderating effect of hope of “Ant Tribe”. **Methods:** 389 “Ant Tribe” were assessed by Chinese Perceived Stress Scale, Adult Dispositional Hope Scale, SWLS, and PANAS. **Results:** ① Perceived stress was negatively correlated with life satisfaction and positive affects, and positively correlated with negative affects. ② Hope was positively correlated with life satisfaction and positive affects, and negatively correlated with negative affects. Hierarchical Regression Analysis also confirmed that perceived stress influenced negative affects with the moderating effect of hope. **Conclusion:** Hope has a moderating effect on the perceived stress and some aspects of subject well-being.

【Key words】 Hope; Subject well-being; Perceived stress; “Ant tribe”

在城市化和劳动力市场转型的背景之下,一些大城市出现了一个特殊群体——“蚁族”。因该群体数量庞大且蕴含着巨大的社会力量,“蚁族”日益受到社会各界的广泛关注。“蚁族”是对“大学毕业生低收入聚居群体”的典型概括。该群体高知、弱小、聚居,是继三大弱势群体(农民、农民工、下岗职工)之后的第四大弱势群体^[1]。该群体具有 3 个突出的特点:①受教育程度高;②收入相对偏低;③在大城市周边地区聚居^[2]。国内学者对“蚁族”群体健康状况进行了初步考察。马敏等人发现,“蚁族”心理健康状况较差^[2]。李颖认为“蚁族”群体容易出现焦虑、抑郁、情感淡漠等情绪问题^[3]。另有一些研究者从理论上提出了解决“蚁族”群体健康状况的对策^[4,5]。然而,以往“蚁族”研究大多停留在思辨论述阶段,实证研究较少。零星的实证研究初步探查了“蚁族”群体的心理状况,缺乏对该群体幸福感等健康状况影响因素的实证研究。主观幸福感是心理健康水平的重要

指标之一^[6]。探讨“蚁族”群体主观幸福感的影响因素,能够为“蚁族”群体的心理干预提供理论依据,有利于提高该群体心理健康水平,从而促进和维护社会和谐与稳定,具有重要的现实意义。

积极心理学为我们系统考察“蚁族”群体幸福感的影响因素提供了新的视角。积极心理学认为,压力等消极事件会对个体幸福感产生影响,但是积极心理品质能够对风险压力事件的消极影响起到缓冲作用^[7]。近年来,作为一种积极心理品质,希望日益受到学者关注。Snyder 等人的希望理论认为,希望是由后天学习而形成的思维和行为倾向,可分为两个组成部分:动力和路径(agency and pathway)。动力部分能够启动个体行动并支持个体朝向目标不断迈进;路径部分是一系列有效达到目标的方法、策略,它负责寻找最佳策略,以及此路不通时能够及时变通方法^[8]。希望的动力和路径部分,能够通过自我引导的决心、能量和内控知觉来达到目标,在出现消极压力事件而导致目标受阻时,高希望个体能够找到替代性途径来实现所期望的目标^[9],因而可以缓解消极压力事件的不良影响。同时,以往相关实证研究表

【基金项目】 广州市教育科学“十一五”规划研究课题(07B098)

通讯作者:余祖伟

* 中山大学心理学系

明,希望作为一种心理能量能够有效缓解风险性因素对心理健康的影响,是个体应对压力的重要心理资源^[10]。因此,本研究拟以“蚁族”群体为被试,旨在探讨知觉压力对其主观幸福感的影响,以及希望在二者关系中的调节作用。

1 对象与方法

1.1 被试

选择节假日时间在广州、深圳两地的“蚁族”居住聚集处进行问卷调查,共发放问卷 500 份,回收有效问卷 389 份,有效回收率为 77.8%。其中,男性 207 人,女性 182 人;19-25 岁 286 人,26-30 岁 103 人;专科学历 177 人,本科学历 212 人;月工资收入 1000 元以下 26 人,1000-2000 元 167 人,2000-3000 元 196 人。

1.2 测量工具

1.2.1 知觉压力量表 采用杨廷忠和黄汉腾修订的中文版知觉压力量表 (Chinese Perceived Stress Scale, CPSS)^[11]。该量表采用 5 点计分,由 14 个反映压力的紧张感和失控感的条目组成。分值越高表明感知的压力越大。

1.2.2 成人希望特质量表 采用 Snyder 编制,陈灿锐修订的成人希望特质量表 (Adult Dispositional Hope Scale, ADHS)^[12]。它分为路径思维和动力思维两个维度。采用 4 点计分,量表总分越高表示个体的希望水平越高。

1.2.3 主观幸福感量表 采用 Diener 等人编制的生活满意度量表 (SWLS)^[13]和 Bradburn 等人编制的情感平衡量表 (PANAS)^[14]。前者用于评价主观幸福感的认知成份;后者用于测量主观幸福感的情感成份—积极情感和消极情感。

2 结 果

2.1 描述性统计结果和变量间的相关

表 1 列出了各变量的描述性统计结果和相关矩阵。知觉压力与生活满意度、积极情感呈显著负相关,知觉压力与消极情感呈显著正相关;希望与生活满意度、积极情感呈显著正相关,而希望与消极情感呈显著负相关;知觉压力与希望呈显著负相关。

2.2 希望的调节作用

采用层次回归分析对希望在知觉压力与主观幸福感间的调节效应进行检验。第一步,人口学变量纳入回归方程。第二步,将自变量(知觉压力)和调节变量(希望)纳入回归方程。第三步,将自变量和调节变

量构成的调节项(知觉压力×希望)纳入回归方程。如果调节项对主观幸福感具有显著的预测作用,则认为希望的调节作用显著。为了减少多重共线性的影响,回归分析中使用的预测变量都已中心化^[15]。具体结果见表 2。

简单斜率检验结果表明,知觉压力对消极情感的影响仅在低希望组达到统计显著水平 ($\beta=0.367$, $P<0.001$),即知觉压力越大,所体验到的消极情感越多,而在高希望组没有达到统计显著水平 ($\beta=0.182$, $P>0.05$)。这表明,希望在知觉压力与消极情感之间起着显著的调节作用。见附图。

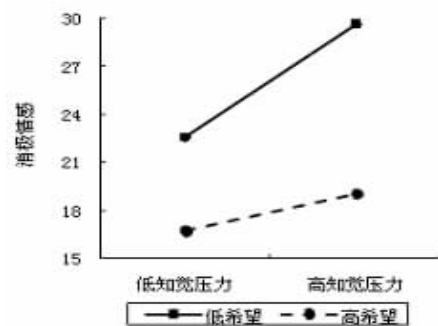
表 1 各变量的描述统计与相关矩阵

	M ± SD	知觉压力	希望	生活满意度	积极情感	消极情感
知觉压力	38.74 ± 5.80	1				
希望	22.46 ± 3.30	-0.390***	1			
生活满意度	17.56 ± 5.36	-0.267***	0.251***	1		
积极情感	23.89 ± 6.50	-0.275***	0.440***	0.358***	1	
消极情感	21.19 ± 6.90	0.417***	-0.461***	-0.359***	-0.394***	1

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

表 2 希望、知觉压力对主观幸福感的分层回归分析

		主观幸福感		
变量		生活满意度	积极情感	消极情感
第一步	性别	0.172**	0.224***	-0.024
	年龄	-0.096	0.017	0.035
	学历	0.072	-0.064	0.098
	月工资收入	0.308***	0.125*	-0.293***
	R^2	0.113***	0.059***	0.072***
第二步	知觉压力	-0.116*	-0.112*	0.240***
	希望	0.119*	0.375***	-0.327***
	R^2	0.148***	0.232***	0.279***
	ΔR^2	0.035**	0.174***	0.207***
第三步	知觉压力×希望	0.007	0.024	-0.100*
	R^2	0.148***	0.233***	0.289***
	ΔR^2	0.000	0.001	0.100*



附图 希望调节知觉压力与消极情感之间关系的示意图

3 讨 论

本研究发现,“蚁族”群体知觉压力对主观幸福感的三个维度都具有显著预测作用。压力对个体幸福感的影响已受到众多研究者关注。以往研究发现,客观压力事件与个体幸福感具有显著的相关^[16,17]。

然而,客观压力事件对个体的影响,在很大程度上取决于个体对压力的知觉。个体知觉到的压力要比客观压力事件本身对个体心理影响更大。本研究在以往研究基础上进一步发现“蚁族”群体知觉压力对个体幸福感有显著影响。根据 Selye 的压力理论,个体具有最合适的压力水平,一旦压力水平过高或持续时间过长,个体应对压力的资源就会减少,能量消耗,从而影响个体的心理健康状况^[18],导致幸福感水平降低。“蚁族”群体顶着巨大的生存压力在大城市苦苦挣扎、奋斗,面临着住房、经济、就业等方面的压力,持久的压力感会不断减少他们的个体资源,甚至耗尽他们的个体能量,长此以往必然导致其对生活的满意度和积极情感下降,消极情感增加。

希望对“蚁族”群体主观幸福感具有显著正向影响,同时希望可以调节知觉压力对主观幸福感的影响。这验证了希望作为一种心理力量,是个体应对消极事件的弹性资源^[10]。Farran 等人提出,个人情绪结果与个人如何解释目标的实现过程紧密相关,消极的情感来自于个人对目标实现可能面临失败的知觉^[19]。Snyder 的希望理论认为,尽管个体在目标实现过程中的障碍会引起消极的情绪反应,但不同希望水平个体的应对策略有所差异。高希望特质者具有较强的动力思维(will thoughts)和较多的路径思维(way thoughts)^[20]。较强的动力思维不仅可以启动和推动高希望个体沿着设计的路径趋向目标行动,而且可以支持个体在遇到消极压力事件时依然坚持不懈。更多的路径思维则使高希望个体在遇到阻碍和挫折时,知觉到更多的可供选择的路径。若在实现目标的过程中,个体感知到路径是无效的,就会尝试另外一条路径趋向其所渴望的目标,从而缓解了压力对个体心理的消极影响,表现出较少的消极情感。而低希望特质者由于动力思维太弱、路径思维太少,在遇到压力等阻碍出现路径不通时,容易消极退缩、回避,出现更多的消极情感。希望有效缓解了“蚁族”群体知觉压力对消极情感的不良影响。本研究启示我们,“蚁族”群体虽然处境不利,容易感受到各种压力。然而,生活压力并不一定必然导致较低的幸福水平。希望可以显著缓解压力对“蚁族”群体幸福感的不良影响,应当深入挖掘“蚁族”群体身上积极的希望特质,同时施加相应的心理干预,以帮助他们缓解生活压力对其心理健康的影响。

参 考 文 献

- 1 廉思. 蚁族:大学毕业生聚居村实录. 南宁:广西师范大学出版社,2009
- 2 马敏,冯丹,瞿非. “蚁族”的消极完美主义人格及其心理健康状况研究. 中国健康心理学杂志,2010,18(5):601-604
- 3 李颖. 透析《蜗居》背后“蚁族”就业心理危机. 咸宁学院学报,2010,30(5):87-88
- 4 朱磊,魏姝. 基于公民权视角的城市“蚁族”群体再研究. 中国青年研究,2010,10:25-29
- 5 汤啸天. “蚁族”:一个呼唤善待的群体. 青少年犯罪问题,2010,3:28-31
- 6 佟月华. 低收入大学生一般自我效能感、主观幸福感研究. 中国临床心理学杂志,2003,11(4):294-295
- 7 Rutter M. Resilience: Some conceptual considerations. Contemporary Pediatrics, 1994, 11: 36-48
- 8 Snyder CR, Harris C, Anderson JR, 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): 570-585
- 9 索雪原. 初中生希望与自信关系的初步研究. 重庆:西南大学硕士学位论文,2010
- 10 Michael FV, Huebner ES, Shannon MS. An analysis of hope as a psychological strength. Journal of School Psychology, 2006, 44: 393-406
- 11 杨廷忠. 社会转型中城市居民心理压力的流行病学研究. 中华流行病学杂志,2003,24(9):760-764
- 12 陈灿锐,申荷永,李浙琼. 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
- 13 Diener E, Diener M. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. Journal of Personality and Social Psychology, 1995, 68(4): 653-663
- 14 Baumeister RF, Campbell JD, Krueger JI, Vohs KD. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? Psychological Science in the Public Interest, 2003, 4: 1-44
- 15 Aiken LS, West SG. Multiple regression: Testing and interpreting interactions. Sage Publications, Newbury Park: CA, 1991
- 16 陈立芳,马绍斌,范存欣. 大学生压力、应对方式、社会支持与主观幸福感关系的结构模型. 中国临床心理学杂志,2009,17(3):266-268
- 17 李艳兰. 自我效能感、婚姻调适、职业压力与中小学班主任主观幸福感的关系. 中国临床心理学杂志,2010,18(3):363-368
- 18 Rice VH. Handbook of stress, coping, and health: Implications for nursing research, theory, and practice. London: SAGE, 2000
- 19 Farran CJ, Herth KA, Popovich JM. Hope and hopelessness, Thousand Oaks, CA: Sage, 1995
- 20 Snyder CR, Ilardi SS, Cheavens J, Michael ST, et al. The roles of hopeful thinking in preventing problems and enhancing strengths. Applied and Preventive Psychology, 2000, 9: 249-270

(收稿日期:2011-02-16)