

贫困大学生感戴与主观幸福感的关系:链式中介效应分析

廖军和^{1,2}, 欧阳儒阳², 左春荣², 李相南², 苏永强²

(1.华东师范大学教育科学学院, 上海 200062;

2.淮南师范学院学生心理健康教育中心, 淮南 232038)

【摘要】 目的:探讨心理资本与压力知觉在贫困大学生感戴与主观幸福感间的链式中介效应。**方法:**采用大学生感戴量表、心理资本量表、压力知觉量表、生活满意度量表和积极情感消极情感量表对 677 名贫困大学生进行测量。**结果:**①相关分析表明,感戴与心理资本($r=0.405, P<0.001$)、主观幸福感($r=0.419, P<0.001$)呈显著正相关,与压力知觉($r=-0.280, P<0.001$)呈显著负相关;心理资本与压力知觉($r=-0.559, P<0.001$)呈显著负相关、与主观幸福感($r=0.509, P<0.001$)呈显著正相关;压力知觉与主观幸福感($r=-0.584, P<0.001$)呈显著负相关。②Amos Bayesian SEM 分析表明,心理资本与压力知觉产生的链式中介效果的平均值为 0.031,其 95% 的置信区间为 0.023~0.040,因不包含 0 值,因此,链式中介效果值在 0.05 水平显著。**结论:**感戴除了对主观幸福感产生直接预测作用外,还可以通过心理资本与压力知觉的链式中介作用对主观幸福感产生间接预测作用。

【关键词】 感戴; 主观幸福感; 心理资本; 压力知觉

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2015.04.036

Gratitude and Subjective Well-being in Needy College Students: Chain Mediating Effect Analysis

LIAO Jun-he^{1,2}, OU YANG Ru-yang², ZUO Chun-rong², LI Xiang-nan², SU Yong-qiang²

¹School of Education Science, East China Normal University, Shanghai 200062, China;

²Center for Mental Health Education, Huainan Normal College, Huainan 232038, China

【Abstract】 Objective: To explore the chain mediating effects of psychological capital and perceived stress between gratitude and subjective well-being in needy college students. **Methods:** 677 needy college students were investigated with the Scale of College Students' Gratitude, Psychological Capital Questionnaire, Chinese Perceived Stress Scale, Satisfaction with Life Scale, Positive Affect and Negative Affect Scale. **Results:** ①Correlation analysis showed that, gratitude was positively related to psychological capital ($r=0.405, P<0.001$) and subjective well-being($r=0.419, P<0.001$), and negatively related to perceived stress($r=-0.280, P<0.001$); Psychological capital was negatively related to perceived stress($r=-0.559, P<0.001$), and positively related to subjective well-being($r=0.509, P<0.001$); Perceived stress was negatively related to subjective well-being($r=-0.584, P<0.001$). ②Amos Bayesian SEM analysis showed that, the chain mediating effect of psychological capital and perceived stress between gratitude and subjective well-being were significant(95% confidence interval: 0.023~0.040). **Conclusion:** Gratitude influences subjective well-being directly, and indirectly through the chain mediating effect of psychological capital and perceived stress.

【Key words】 Gratitude; Subjective well-being; Psychological capital; Perceived stress

随着积极心理学的兴起,作为心理健康重要衡量指标之一的主观幸福感业已成为研究的热点。感戴被认为是影响主观幸福感的重要人格优势之一^[1],感戴干预可以有效提升个体的主观幸福感^[2]。研究表明,感戴对生活满意度、积极情绪和消极情绪均具有显著预测作用^[3,4],在控制了大五人格特质和社会赞许后,或采用同伴报告法,感戴对上述变量仍具

有显著预测作用^[5]。

心理资本是个体一般积极性的核心心理要素,是一种综合的积极心理资源^[6]。尽管鲜有研究直接探讨感戴与心理资本的关系,但对患有风湿性关节炎的病人研究表明,感戴倾向较高的患者会对自己病情的康复报有更大的希望^[7]。研究还发现,高感戴倾向个体报告更多的乐观、活力^[5],同时,高感戴倾向还可以增强个体的复原力、心理韧性等积极心理品质^[4,8]。心理资本是个体在成长和发展过程中表现出来的积极心理状态,它能够极大地促进幸福感,是幸福感的重要保护性因素^[9]。心理资本除了直接影响幸福感外,还可以通过一些中介变量间接

【基金项目】 教育部人文社会科学研究规划基金项目(13YJA190018);安徽高校省级人文社会科学研究一般项目(SK2013B465)和安徽省“发展与教育心理学”重点学科建设成果之一;2014年淮南师范学院人文社会科学重点研究项目(2014XK06zd)
通讯作者:廖军和

影响幸福感^[10]。压力被认为是主观幸福感的重要影响因素之一^[11]。但是,个体在压力主观感知上存在着差异,这主要受到个体所拥有的积极心理资源的支持和保护的影响。研究表明,心理资本与压力知觉间存在显著负相关,心理资本越高,个体主观感知到的压力水平越低^[12]。基于以上分析,本研究以贫困大学生为被试,建构了一个感戴与主观幸福感间的链式中介效应模型,该模型假定,感戴依次通过心理资本和压力知觉最终作用于主观幸福感。

1 对象与方法

1.1 对象

从某高校贫困生数据库中随机抽取750名大学生作为研究对象。经过知情同意后,使用统一的指导语进行集体施测,最后收回有效问卷677份,有效率为90.267%。其中,特困106人,一般贫困387人,贫困184人;男生231人,女生446人;文科315人,理科362人。平均年龄为20.54±1.491岁。

1.2 工具

1.2.1 大学生感戴量表(the Scale of College Students' Gratitude, SCSG) 由马云献、扈岩等编制^[13],共14个项目,包括感戴深度、广度、频率和密度4个维度。采用1(完全不符合)~5(完全符合)计分,得分越高表明感戴程度越高。

1.2.2 大学生心理资本量表(Psychological Capital Questionnaire, PCQ) 由宋洪峰、茅天玮修订^[14],共16个项目,包括自信、希望、韧性和乐观4个维度。采用1(非常不同意)~5(非常同意)计分,得分越高

表明心理资本水平越高。

1.2.3 压力知觉量表(Chinese Perceived Stress Scale, CPSS) 由杨廷忠修订^[15],共14个项目,包括失控感和紧张感两个维度。采用1(几乎从不)~5(总是如此)计分,得分越高表明知觉到的压力越大。

1.2.4 主观幸福感量表(Subjective Well-being Scale, SWS) 采用Diener等编制的生活满意度量表(Satisfaction with Life Scale, SWLS)测量主观幸福感的认知成分^[16],该量表共5个项目,采用1(完全不同意)~7(完全同意)计分;采用邱琳、郑雪等修订的积极情感消极情感量表(Positive Affect and Negative Affect Scale, PANAS)测量主观幸福感的情感成分^[17],该量表共18个项目,包括积极情感和消极情感2个维度,采用1(根本没有)~5(非常强烈)计分。根据以往研究^[18],主观幸福感的分数为生活满意度、积极情感、消极情感反向计分之后的Z分数之和。

1.3 统计方法

采用SPSS17.0进行数据收集和分析,并利用Amos17.0进行链式中介效应分析。

2 结 果

2.1 各变量间的相关分析

采用Pearson积差相关计算各变量间的两两相关。由表1可知,感戴与心理资本、主观幸福感呈显著正相关,与压力知觉呈显著负相关;心理资本与压力知觉呈显著负相关、与主观幸福感呈显著正相关;压力知觉与主观幸福感呈显著负相关。

表1 各变量间的相关矩阵(*r*)

	M±SD	感戴	心理资本	压力知觉	生活满意度	积极情绪	消极情绪
感戴	59.186±6.261	1					
心理资本	59.013±6.658	0.405***	1				
压力知觉	38.470±6.007	-0.280***	-0.559***	1			
生活满意度	18.781±5.431	0.274***	0.382***	-0.397***	1		
积极情绪	31.269±6.093	0.430***	0.437***	-0.435***	0.448***	1	
消极情绪	20.009±6.541	-0.191***	-0.267***	0.415***	-0.173***	-0.156***	1
主观幸福感	0.000±2.134	0.419***	0.509***	-0.584***	0.760***	0.752***	-0.623***

注:****P*<0.001

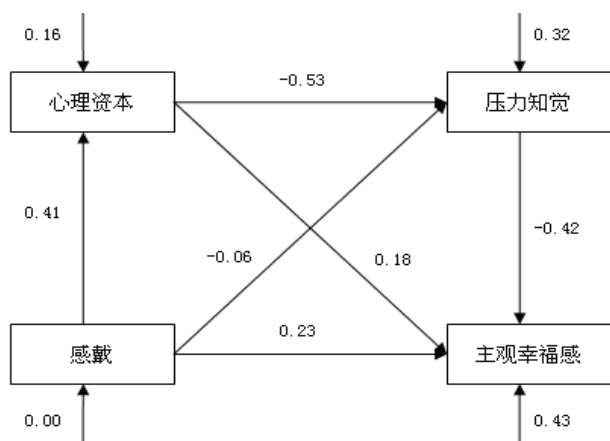
2.2 链式中介效应分析

为了克服当前链式中介效应分析不完整的问题,本研究采用Amos Bayesian SEM进行链式中介效应值的检验,并计算95%的置信区间。由表2可知,链式中介效应的平均值为0.031,就全部MCMC样本中,此值大于0的概率为1.000,前1/3(P1)、2/3(P2)与后1/3(P3)的概率均为1.000,可见*P*值相当稳定,

这表明链式中介效果为正值,而其95%的置信区间为0.023~0.040,因不包含0值,因此,链式中介效果值在0.05水平显著。间接效果与直接效果差异性的平均值为-0.047,95%的置信区间为-0.070~-0.023,因不包含0值,因此,二者在0.05水平存在显著性差异,链式中介效果小于直接效果。各路径系数如附图。

表2 直接效果和链式中介效果值

	平均值	标准差	标准误	置信区间(95%)	
				LL 95%	UL 95%
直接效果	0.077	0.011	0.000	0.056	0.099
中介效果	0.031	0.004	0.000	0.023	0.040
差异性	-0.047	0.012	0.000	-0.070	-0.023



附图 感戴与主观幸福感间的链式中介作用模型

3 讨 论

研究发现,感戴依次通过心理资本和压力知觉的链式中介作用间接影响主观幸福感,这为感戴的中介作用模式提供了进一步的实证支持^[1]。根据拓宽建构理论,感戴作为一种积极情绪对认知同样具有启动和扩展效应,它不仅影响着个体的认知灵活性、注意广度和行为模式,而且能够帮助个体建构持久的个人资源,如:社会支持、自尊、友谊等^[19,20]。高水平的认知能力和丰富的个人资源可以增强贫困大学生的自信心以及自我效能感,可以使其乐观地面对生活,对未来充满希望,并表现出较强的心理韧性。也就是说,高感戴倾向可以有效提升贫困大学生的心理资本。心理资本对幸福感不仅具有直接的增益效果,而且还可以作为保护性因素降低压力等风险性因素对幸福感的不利影响^[9,10]。作为个体的积极心理资源,心理资本影响着个体对压力的认知评价及应对方式^[21]。一般情况下,心理资本较高的贫困大学生会将压力视为挑战而不是威胁,并且会采取积极的应对方式应对压力,进而促进了其社会适应性,提升了幸福感。因此,高感戴倾向可以使贫困大学生拥有较高的心理资本,而心理资本的增高可以减少其对压力的主观感知,从而降低压力对主观幸福感的不利影响。

本研究进一步揭示了感戴对幸福感的微观作用机制,对于贫困大学生主观幸福感的干预具有重要

的实践价值。高校相关部门在通过开展感戴教育提升贫困大学生主观幸福感的同时,还要注重感戴对心理资本的促进作用,要将感戴教育与心理资本的开发相结合,这样才能有效地降低贫困大学生的压力感知,进而减少压力对主观幸福感的破坏作用,以促进其主观幸福感的提升。

参 考 文 献

- 1 喻承甫,张卫,李董平,肖婕婷.感恩及其与幸福感的关系.心理科学进展,2010,18(7):1110-1121
- 2 石国兴,祝伟娜.初中生感戴和幸福感的干预关系.心理学探新,2008,28(3):63-66
- 3 杨强,叶宝娟.感恩对汉区高校少数民族大学生幸福感的影响:基本心理需求的中介作用.中国临床心理学杂志,2014,22(2):347-353
- 4 Wood AM, Froh JJ, Geraghty AW. Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. Clinical Psychology Review, 2010, 30(7): 890-905
- 5 McCullough ME, Emmons RA, Tsang J. The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. Journal of Personality and Social Psychology, 2002, 82: 112-127
- 6 熊猛,叶一舵.心理资本:理论、测量、影响因素及作用.华东师范大学学报(教育科学版),2014,3:84-92
- 7 Laird, Snyder, Rapoff. Measuring private prayer: Development, validation, and clinical application of the multidimensional prayer inventory. International Journal for the Psychology of Religion, 2004, 14(4): 251-272
- 8 叶宝娟,杨强,胡竹菁.感恩对青少年学业成就的影响:有调节的中介效应.心理发展与教育,2013,29(2):192-199
- 9 王钢,张大均,刘先强.幼儿教师职业压力、心理资本和职业认同对职业幸福感的影响机制.心理发展与教育,2014,4:412-448.
- 10 李斌,马红宇,郭永玉.心理资本作用机制的研究回顾与展望.心理研究,2014,7(6):53-63
- 11 傅倩倩,叶宝娟,温忠麟.压力性生活事件对青少年主观幸福感的影响机制.心理发展与教育,2012,28(5):516-523
- 12 Avey JB, Luthans FB, Jensen SM. psychological capital: A positive resource for combating employee stress and turnover. Human Resource Management, 2009, 48(5): 677-693
- 13 马云献,扈岩.大学生感戴量表的初步编制.中国健康心理学杂志,2004,12(5):387-389
- 14 宋洪峰,茅天玮.心理资本量表在大学生群体中的修订与信效度检验.统计与决策,2012,369(21):106-109
- 15 杨廷忠,黄汉腾.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
- 16 Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, et al. The satisfaction with life scale. Journal of Personality Assessment, 1985, 49(1): 71-75

- Psychology, 2006, 62(4): 417
- 5 Ball K, Lee C. Psychological stress, coping, and symptoms of disordered eating in a community sample of young Australian women. *International Journal of Eating Disorders*, 2002, 31(1): 71-81
 - 6 Nguyen-Rodriguez ST, Chou, Chih-Ping, et al. BMI as a moderator of perceived stress and emotional eating in adolescents. *Eating Behaviors*, 2008, 9(2): 238-246
 - 7 Slade P. Towards a functional analysis of anorexia nervosa and bulimia nervosa. *British Journal of Clinical Psychology*, 1982, 21(3): 167-179
 - 8 Bennett J, Greene G, Schwartz-Barcott D. Perceptions of emotional eating behavior. A qualitative study of college students. *Appetite*, 2013, 60: 187-192
 - 9 张林, 车文博, 黎兵. 大学生心理压力应对方式特点的研究. *心理科学*, 2005, 28(1): 36-41
 - 10 俞磊. 应付的理论、研究思路和应用. *心理科学*, 1994, 3: 169-174
 - 11 Folkman S. Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing Company LLC, 1984
 - 12 Endler NS, Parker JD. Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 58(5): 844
 - 13 Turner AP, Larimer, Mary E, et al. Identifying a negative mood subtype in incarcerated adolescents: Relationship to substance use. *Addictive Behaviors*, 2005, 30(7): 1442-1448
 - 14 Telch CF. Skills training treatment for adaptive affect regulation in a woman with binge-eating disorder. *International Journal of Eating Disorders*, 1997, 22(1): 77-81
 - 15 Heatherton TF, Baumeister RF. Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological Bulletin*, 1991, 110(1): 86
 - 16 Ouwers M, Van Erp E, Bekker M. Attachment styles, coping and emotional eating. *Appetite*, 2011, 57(2): 550
 - 17 Raspow K, Matheson K, Abizaid A, et al. Unsupportive social interactions influence emotional eating behaviors. The role of coping styles as mediators. *Appetite*, 2013, 62: 143-149
 - 18 Van Strien T, Rookus MA, Bergers GP, et al. The Dutch Eating Behavior Questionnaire(DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 1986, 5(2): 295-315
 - 19 Wong, Hidy, Wong, Martin CS, et al. The association between shift duty and abnormal eating behavior among nurses working in a major hospital: a cross-sectional study. *International Journal of Nursing Studies*, 2010, 47(8): 1021-1027
 - 20 刘贤臣, 刘连启, 杨杰, 等. 青少年生活事件量表的信度效度检验. *中国临床心理学杂志*, 1997, 5(1): 39-41
 - 21 陈树林, 郑全全, 潘健男, 等. 中学生应对方式量表的初步编制. *中国临床心理学杂志*, 2000, 8(4): 211-214, 237
 - 22 季成叶. 中国学龄儿童青少年超重、肥胖筛查体重指数值分类标准. *中华流行病学杂志*, 2004, 25: 97-102.
 - 23 Beydoun MA. The interplay of gender, mood, and stress hormones in the association between emotional eating and dietary behavior. *The Journal of Nutrition*, 2014, 144(8): 1139-1141
 - 24 Klump KL. The interactive effects of estrogen and progesterone on changes in emotional eating across the menstrual cycle. *Journal of Abnormal Psychology*, 2012, 122(1): 131-137
 - 25 Neumark-Sztainer D, Patterson, Joan, et al. Weight control practices and disordered eating behaviors Among adolescent females and males with type 1 diabetes associations with sociodemographics, weight concerns, familial factors, and metabolic outcomes. *Diabetes Care*, 2002, 25(8): 1289-1296
 - 26 Gunstad J, Paul, Robert H, et al. Exposure to early life trauma is associated with adult obesity. *Psychiatry Research*, 2006, 142(1): 31-37
 - 27 Wilson SM, Darling KE, Fahrenkamp AJ, et al. Predictors of emotional eating during adolescents' transition to college: Does BMI moderate the association between stress and emotional eating? *Journal of American College Health*, 2015, 163-170
 - 28 Roer SY, Latzer A. Geliebter, negative emotional eating among obese individuals with and without binge eating behavior and night eating syndrome. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 2014, 51(3): 219-225
 - 29 Tam, Carmen Km, Ng, et al. Disordered eating attitudes and behaviours among adolescents in Hong Kong: Prevalence and correlates. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 2007, 43(12): 811-817

(收稿日期:2015-04-07)

(上接第724页)

- 17 邱琳, 郑雪, 王雁飞. 积极情感消极情感量表(PANAS)的修订. *应用心理学*, 2008, 14(3): 249-254
- 18 蒋奖, 王荣, 张雯. “蚁族”群体的公正世界信念与幸福感研究. *心理发展与教育*, 2013, 29(2): 208-212
- 19 杨强, 叶宝娟. 感恩对青少年生活满意度的影响: 领悟性社会支持的中介作用及压力性生活事件的调节作用. *心理科学*, 2014, 37(3): 610-616
- 20 孙配贞, 郑雪, 余祖伟. 初中生感戴、自尊与学校生活满意度的关系. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(6): 750-752
- 21 孟林, 杨慧. 心理资本对大学生学习压力的调节作用. *河南大学学报(社会科学版)*, 2012, 52(3): 142-150

(收稿日期:2015-01-23)