

# 幸福具有客观性吗？幸福的来源和主观体验的一致性

陈世民<sup>1</sup>, 张莹<sup>2</sup>, 孙配贞<sup>3</sup>

(1.中国矿业大学公共管理学院,徐州 221116;2.德国柏林自由大学,德国 柏林;3.江苏师范大学教育科学学院,徐州 221116)

**【摘要】 目的:**从幸福的来源与主观体验的一致性角度进一步探讨幸福的客观性。**方法:**对716名大学生和381名成人采用自我实现问卷、个人成长分量表、需要满足问卷和幸福情绪体验问卷进行调查。采用潜在剖面分析而不是预先设置值对被试进行分类。**结果:**大学生样本分为4个潜类别,分别命名为低幸福者、中等幸福者、高幸福者和最高幸福者;成人样本分为3个潜类别,分别命名为较低幸福者、中等幸福者和高幸福者。方差分析表明幸福的来源的水平越高者,其自我实现体验、需要满足体验越高、消极情绪水平越低。**结论:**幸福的来源与主观体验的水平总体一致,此结果与Keyes等的研究结果不同。

**【关键词】** 幸福;幸福的来源;自我实现;需要满足;幸福的主观体验

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.05.027

## Has Well-being the Characteristic of Objectivity? Consistency between Sources and Subjective Experience of Well-being

CHEN Shi-min, ZHANG Ying, SUN Pei-zhen

School of Public Administration, China University of Mining and Technology, Xuzhou 221116, China

**【Abstract】 Objective:** This study intends to explore the objectivity of well-being by exploring the consistency between the sources and the subjective experience of well-being. **Methods:** Two samples of 716 college students and 381 adults completed Questionnaire for Eudaimonic Well-Being, Personal Growth Subscale from Psychological Well-being Scale, Need Satisfaction Questionnaire and Emotional Experience of Well-being Questionnaire. Latent profile analysis was used to determine the classes of participants instead of grouping based on predetermined cut-off scores. **Results:** College students were classified into four classes and were named low, medium, high, and the highest well-being class. Adults were classified into three classes and were named low, medium, and high well-being classes. ANOVA showed that the higher the level of objective source of well-being was, the higher the eudaimonia-related experience and satisfaction-related experience were, and the lower negative emotion was. **Conclusion:** The sources and the subjective experience of well-being are consistent.

**【Key words】** Well-being; Sources of well-being; Eudaimonic well-being; Need satisfaction; Subjective experience of well-being

幸福是人类追求的永恒目标。自从Diener<sup>[1]</sup>提出主观幸福感后,幸福的主观性、整体性和相对稳定性已得到广泛认可,但幸福的客观性目前仍尚未被认可。苗元江指出,幸福首先是一种积极愉悦的主观体验,然而这种积极体验并不是随心所欲的,它取决于人的需要是否得到满足,人的潜能是否能够实现,其行为是否符合自己的核心价值观或主流价值观<sup>[2]</sup>。高良,郑雪和严标宾进一步阐述幸福的客观性的两方面表现<sup>[3]</sup>:幸福的体验具有主观性,但幸福的来源具有客观性,中国传统的“五福”是客观的,亚里士多德强调的自我实现也是客观的;幸福的判断

标准具有相对客观性,受社会文化的影响,西方文化强调成就和自尊,东方文化则强调人际和谐<sup>[4]</sup>。本研究试着在以往研究的基础上进一步探讨幸福的客观性问题:①幸福最重要的来源包括哪些?②幸福的来源与主观体验是否具有一致性?

幸福最重要的来源主要有哪些呢?目前有两种理论,分别阐述了幸福的两种不同来源。一种是自我实现。作为西方古代最伟大的思想家,亚里士多德提出了自我实现幸福观,认为幸福在于人的功能的最大程度的发挥。基于自我实现幸福观,Ryff提出的心理幸福感模型包括人生目标和个人成长两个维度<sup>[5]</sup>。Waterman等进一步提出了自我实现幸福。幸福在于认识你自己、成为你自己,了解你自身的独特潜能,确立与你的核心价值观一致的目标,形成一种目标感和意义感,然后专心致志地投入,努力去实

**【基金项目】** 中央高校基本科研业务费社会科学基金(2014WA05);江苏省高等教育教改研究课题(2015JSJG159);江苏省高校“青蓝工程”资助项目(2017)

通讯作者:孙配贞

现目标<sup>[6]</sup>。幸福的另一种重要来源是需要满足。Deci和Ryan认为幸福在于人的三种内在需要(关系需要、自主需要和能力需要)的满足<sup>[7]</sup>。进化心理学则进一步提出幸福就在于人类能够成功地处理适应性问题,满足适应性需要或者当能够满足这些需要的情境出现时<sup>[8]</sup>。人的适应性需要包括生理需要、自我保护与安全需要、亲和与归属需要、社会地位与尊重需要以及繁衍需要五种需要<sup>[9]</sup>。

幸福的来源与主观体验是否具有一致性呢?Keyes, Shmotkin和Ryff采用心理幸福感量表和主观幸福感量表,以均值为分界线,将个体划分为四种类型:心理幸福感与主观幸福感一致的高PWB高SWB者和低PWB低SWB者、心理幸福感与主观幸福感不一致的高PWB低SWB者和低PWB高SWB者<sup>[10]</sup>。Keyes等采用预先设置值进行分类的方法主观性太强<sup>[11]</sup>。例如,假设心理幸福感与主观幸福感的均值分别为3.1, 3.2,那么个体A(3.11, 3.21)和个体B(3.09, 3.21)尽管实际差异很小,但就会被分为两个不同的类型。本研究试着采用潜在剖面分析的方法探讨这一问题。潜在剖面分析的基本思想是对各外显变量各种反应的概率分布可以由少数互斥的潜在类别变量来解释,每种类别对各外显变量的反应选择都有特定的倾向,从而使其分类更为准确<sup>[12]</sup>。本研究拟先采用潜在剖面分析,根据幸福的来源将被试分为若干类,然后采用方差分析对比不同类的幸福者的主观体验的差异。此外,由于不同群体的幸福的来源和主观体验有所差异,因此本研究选取了两个样本来进行实证研究。

## 1 研究1:大学生样本

### 1.1 方法

1.1.1 被试 采用集体施测方式。在课堂上统一分发问卷,说明指导语,包括施测目的、自愿原则、答题方式,最后当场收回。最终收回来自全国五所高校的716份有效问卷。被试具体情况如下:男生288人,女生428人;大一238人,大二306人,大三172人;平均年龄19.0岁,标准差为1.13。

1.1.2 研究工具 自我实现幸福问卷。由Waterman等编制,包括自我发现、发展最佳潜能、目标感和生命意义、对某些活动的高度投入、为追求卓越而付出大量努力、享受活动所带来的个人展现体验六个方面,原问卷共21题,没有进行因素分析而采用单一维度。根据量表翻译—回译步骤对该问卷进行翻译修订。由四名心理学教授、博士和一名外文系

博士先对该问卷进行翻译,再由另一名外文系博士进行回译,如此反复修改直到确定终稿。采用5级记分,1表示“非常不符合”,5表示“非常符合”。验证性因素分析结果如下: $\chi^2/df=2.0$ , CFI=0.932, TLI=0.922, RMSEA=0.041,符合相关拟合指标要求。采用个人成长分量表、生活满意度量表进行效标效度验证,与其相关系数分别是0.555( $P<0.001$ )、0.459( $P<0.01$ )。Cronbach  $\alpha$ 系数为0.866。

个人成长分量表。由于自我实现问卷中没有包含个人成长这一重要维度和测题,因此抽取了心理幸福感量表中的个人成长分量表。该分量表共7题,王欣等进行了翻译修订<sup>[13]</sup>。采用5级记分,1表示“非常不符合”,5表示“非常符合”。Cronbach  $\alpha$ 系数为0.805。

需要满足问卷。由Tay和Diener编制,包括生理需要满足、安全需要满足、爱与归属需要满足、尊重需要满足、能力需要满足和自主需要满足六个维度,共13题。采用5级记分,1表示“非常不符合”,5表示“非常符合”。问卷的翻译过程同上。验证性因素分析结果如下: $\chi^2/df=4.6$ , CFI=0.940, TLI=0.917, RMSEA=0.047,符合相关拟合指标要求,采用个人成长分量表、生活满意度量表进行效标效度验证,与其相关系数分别是0.428( $P<0.01$ )、0.502( $P<0.01$ )。Cronbach  $\alpha$ 系数为0.830。

幸福的情绪体验问卷。由陈世民,李旭和郑雪编制<sup>[14]</sup>,包括自我实现体验、需要满足体验和消极情绪三个维度。自我实现体验维度测量个体自我实现时所产生时的情绪体验,包括意义感、方向感、兴趣、希望等8题;需要满足体验测量个体需要满足时所产生的情绪体验,包括爱、温暖、感恩、满意、归属感、放松6题;消极情绪维度包括焦虑、抑郁、悲伤、愤怒、内疚、孤独等13题。整个问卷共27题,采用5级记分,表示体验不同情绪的频率,1为“非常少”,5为“经常”。总问卷的Cronbach  $\alpha$ 系数为0.906。

1.1.3 数据处理 利用MPlus 7.0进行潜在剖面分析。采用单因素方差分析,并采用Bonferroni法进行事后检验。效果量采用偏 $\eta^2$ ,当偏 $\eta^2<0.059$ 时,为小效果量;当 $0.059<偏\eta^2<0.138$ 时,为中等效果量;当偏 $\eta^2>0.138$ 时,为大效果量<sup>[15]</sup>。

### 1.2 结果

自我实现幸福、个人成长和需要满足各维度、幸福的情绪体验各维度均两两显著相关,最小相关系数为0.180。对自我实现幸福、个人成长和六种需要满足进行潜在剖面分析。潜在剖面模型拟合指标如

表1所示。从模型比较看,4类模型的 $pLMR$ 小于0.05,5类模型的 $pLMR$ 大于0.05,表明4类模型显著优于3类模型,但5类模型与4类模型没有显著差异;从信息效标看,4类模型的 $aBIC$ 小于2类和3类模型,且 $entropy$ 大于0.80,表明模型分类的精确率大于90%,因此选4类模型为最优模型。根据4个潜类别的条件均值,绘制潜在剖面图(图1)。从图中可看出,C1类别在各项指标上条件均值均最低,因此命名为低幸福者;C2类别在各项指标上条件均值均高于C1类别,因此命名为中等幸福者;C3类别在各项指标上条件均值均高于C2类别,因此命名为高幸福者;C4类别在各项指标上条件均值均是最高,因此命名为最高幸福者。四类被试的潜在类别概率分别为0.158, 0.443, 0.327和0.073。不同水平的幸

福者的主观体验差异如表2所示。低幸福者的自我实现体验、需要满足体验显著低于中等幸福者,而其消极情绪则显著高于中等幸福者。中等幸福者与高幸福者、高幸福者和最高幸福者的自我实现体验、需要满足体验和消极情绪的关系相似。自我实现体验和需要满足体验的方差分析的效果量 $\eta^2$ 均大于0.138,为大效果量;消极情绪的方差分析的效果量大于0.059,为中效果量。

表1 大学生样本的潜在剖面模型拟合指标

模型	aBIC	entropy	$pLMR$
2类	10311.7	0.829	0.000
3类	10056.2	0.832	0.002
4类	10001.2	0.804	0.037
5类	9954.3	0.807	0.118

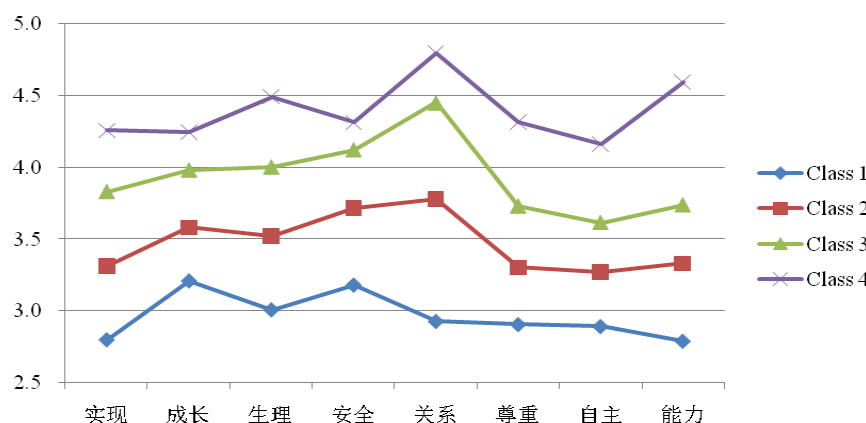


图1 大学生幸福的来源的潜在剖面图

表2 大学生不同水平的幸福者的主观体验比较

	低幸福者(1)		中等幸福者(2)		高幸福者(3)		最高幸福者(4)		$F$	偏 $\eta^2$	事后比较
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD			
自我实现体验	2.56	0.56	2.99	0.55	3.54	0.58	4.13	0.51	140.4***	0.372	1<2<3<4
需要满足体验	2.76	0.58	3.17	0.63	3.74	0.64	4.03	0.65	92.4***	0.280	1<2<3<4
消极情绪	2.55	0.58	2.21	0.53	2.02	0.48	1.80	0.57	35.5***	0.130	4<3<2<1

注:\*\*\*:  $P<0.001$ , 1:低幸福者, 2:中等幸福者, 3:高幸福者, 4:最高幸福者, <:显著小于( $P<0.05$ ),下同。

## 2 研究2:成人样本

### 2.1 方法

研究2的被试也是采用集体施测方式。在开会或培训时统一分发问卷,说明指导语,包括施测目的、自愿原则、答题方式,最后当场收回。最终收回来自全国13个单位的381份有效问卷。被试具体情况如下:性别方面,男182人,女199人;年龄方面,平均年龄为31.2岁( $SD=6.83$ );职位方面,基层259人,中层114人,高层8人;职业方面,人力资源管理83人,工程师和技工39人,财务会计45人,销售49人,

采购21人,保安27人,公务员78人,教师39人。研究2的研究工具和数据处理同研究1。

### 2.2 结果

自我实现幸福、个人成长和需要满足各维度、幸福的情绪体验各维度均两两显著相关,最小相关系数为0.228。对自我实现幸福、个人成长和六种需要满足进行潜在剖面分析。根据 $pLMR$ 、 $entropy$ 和 $aBIC$ 三个拟合指标,选3类模型为最优模型。根据3个潜类别的条件均值,绘制潜在剖面图。C1类别在各项指标上条件均值均最低,因此命名为低幸福者;C2类别在各项指标上条件均值均高于C1类别,因



此命名为中等幸福者;C3类别在各项指标上条件均值均高于C2类别,因此命名为高幸福者。三类被试的潜在类别概率分别为0.249, 0.561和0.189。低幸福者的自我实现体验、需要满足体验显著低于中等幸福者,而其消极情绪则显著高于中等幸福者。中等幸福者的自我实现体验、需要满足体验显著低于高幸福者,而其消极情绪则显著高于高幸福者。效果量偏 $\eta^2$ 均大于0.138,为大效果量。

### 3 讨 论

本研究的目的在于采用潜在剖面分析进一步探讨幸福的来源与主观体验的一致性,从而进一步深化对幸福的客观性的探讨。对716名大学生和381名成人幸福的来源(自我实现和需要满足)进行潜在剖面分析,大学生样本分为4个潜类别,成人样本分为3个潜类别,这可能是由于大学生样本的样本量更大,因此潜类别划分得更细。尽管两个样本不同,但两者的潜在剖面图很相似,根据幸福的来源的水平将被试分为低幸福者、中等幸福者和高幸福者。此外,还可看出中等幸福者和高幸福者的关系需要满足的条件均值高于其他幸福成分,这与中国的文化背景有关。在集体主义文化背景下,关系和谐和情感性社会支持是个体幸福的最重要的来源<sup>[4, 16]</sup>。但对于低幸福者,其关系需要满足条件均值相对较低,而个人成长条件均值则相对较高。这表明对于低幸福者,他们更注重学习成长,以期改变命运,提升幸福感。

对不同幸福水平的大学生和成人的主观体验的方差分析表明,幸福的来源与主观体验的水平总体一致。幸福的来源水平越高者,其自我实现体验和需要满足体验也越高,消极情绪越低;反之,幸福的来源水平越低者,其自我实现体验和需要满足体验也越低,消极情绪越高。这一结果从实证角度进一步验证了幸福的客观性。同时,本研究的结果与Keyes, Shmotkin和Ryff的研究具有不一致的地方。Keyes等以均值为分界线对个体进行分类,结果出现心理幸福感与主观幸福感不一致的高PWB低SWB者和低PWB高SWB者。本研究在被试上调查了大学生和成人两种不同的样本,相对于Keyes等只调查成人被试(25岁以上),样本代表性更高;在测量问卷上采用了自我实现幸福问卷、个人成长分量表、测量六种需要满足的需要满足问卷、测量三种情绪体验的幸福情绪体验问卷,相对于Keyes等只采用心理幸福感和主观幸福感两个问卷,测量更完

整;在统计方法上,采用潜在剖面分析相对于以均值为分界线,分类更科学更精确,因此,本研究的结果更具有合理性。

本研究具有如下创新。理论上,在整合了西方心理幸福感、自我决定论、进化心理学幸福观和自我实现幸福的基础上,阐述了幸福的两种来源(自我实现和需要满足),进一步丰富了幸福的内涵;实证上,采用潜在剖面分析而不是采用预先设置值进行分类的方法,验证了幸福的来源与主观体验之间的一致性,对Keyes, Shmotkin和Ryff的研究进行了修正。

本研究具有重要实践意义。首先,有助于更方便地了解个体的幸福水平。幸福的来源与主观体验具有一致性,当测得个体的主观体验后,可根据其潜在剖面图相应地推论其自我实现和需要满足的大致水平。其次,可为个体提升幸福提供指导。个体要不断地努力了解自身的独特潜能,确立与自己的核心价值观一致的目标,专心致志地投入去实现目标,满足各种需要,进而在这一过程中,不断体验到意义感、方向感、希望等自我实现体验和爱、温暖、感恩、满意、放松等需要满足体验,提升幸福的体验水平。

### 参 考 文 献

- 1 Diener E. Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 1984, 95(3): 542-575
- 2 苗元江. 心理学视野中的幸福. 天津: 天津人民出版社, 2009. 291
- 3 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
- 4 Uchida Y, Norasakkunkit V, Kitayama S. Cultural constructions of happiness: theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 2004, 5(3): 223-239
- 5 Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, 57(6): 1069-1081
- 6 Waterman AS, et al. The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being: Psychometric properties, demographic comparisons, and evidence of validity. *The Journal of Positive Psychology*, 2010, 5(1): 41-61
- 7 Deci EL, Ryan RM. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 2000, 11(4): 227-268
- 8 Grinde B. Happiness in the Perspective of Evolutionary Psychology. *Journal of Happiness Studies*, 2002, 3: 331-353
- 9 Kenrick DT, et al. Renovating the pyramid of needs contemporary extensions built upon ancient foundations. *Perspectives on Psychological Science*, 2010, 5(3): 292-314

(下转第910页)

## 参 考 文 献

- 1 Goldberg I. Internet addiction disorder. [http://www.cog.brown.edu/brochure/people/duchon/humor/internet\\_addiction.html](http://www.cog.brown.edu/brochure/people/duchon/humor/internet_addiction.html), 1996
  - 2 Antonia Papastylianou. Relating on the internet, personality traits and depression: research and implications. *Eur J Couns Psychol*, 2013, 2(1): 65-78
  - 3 Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1998, 1(3): 237-244
  - 4 Young KS, Rodgers RC. IA: Personality traits associated with its development. The 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association, Boston, 1998
  - 5 Amichai-Hamburger Y, Ben-Artzi E. Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior*, 2003, 19(1):71-80
  - 6 Van der Aa N, Overbeek G, Engels RC, et al. Daily and compulsive Internet use and well-being in adolescence: A diathesis-stress model based on big five personality traits. *Journal of Youth and Adolescence*, 2009, 38(6): 765-776
  - 7 雷雳, 杨洋, 柳铭心. 青少年神经质人格、互联网服务偏好与网络成瘾的关系. *心理学报*, 2006, 38(3): 375-381
  - 8 杨洋, 雷雳. 青少年外向/宜人性格、互联网服务偏好与“网络成瘾”的关系. *心理发展与教育*, 2007, 23(2): 42-48
  - 9 杨洋, 雷雳, 柳铭心. 青少年责任心人格、互联网服务偏好与“网络成瘾”的关系. *心理科学*, 2006, 29(4): 947-950
  - 10 Floros G, Siomos K. Excessive internet use and personality traits. *Curr Behav Neurosci Reports*, 2014, 1(1): 19-26
  - 11 Servidio R. Exploring the effects of demographic factors, Internet usage and personality traits on IA in a sample of Italian university students. *Comput Hum Behav*, 2014, 35: 85-92
  - 12 Rosen L. The association of parenting style and child age with parental limit setting and adolescent MySpace behavior. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 2008, 29(6): 459-471
  - 13 陈泳如, 胡佳佳. 青少年网络成瘾与教养方式、社会支持相关研究. *中国健康心理学杂志*, 2012, 20(5): 767-768
  - 14 黄树香. 初中生人格与父母教养方式的相关研究. *社会心理科学*, 2010, 5: 65-70
  - 15 奚晓岚, 张曼如, 程灶火, 等. 大学生网络成瘾的相关心理社会因素研究. *中国临床心理学杂志*, 2014, 22(5): 799-803
  - 16 程灶火, 金凤仙, 王国强, 等. 家庭环境、教养方式和人格对青少年违法的影响及影响路径. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(2): 287-292
  - 17 程灶火, 奚晓岚, 陈媛媛, 等. 家庭教养方式问卷的编制和信效度研究. *中国临床心理学杂志*, 2011, 19(6): 711-714, 724
  - 18 姚若松, 梁乐瑶. 大五人格量表简化版(NEO-FFI)在大学生人群的应用分析. *中国临床心理学杂志*, 2010, 18(4): 457-459
  - 19 Young KS. The therapist's guide to assess and treat internet addiction. [http://www.netaddiction.com/other/therapist\\_guide.htm](http://www.netaddiction.com/other/therapist_guide.htm)
  - 20 Daniel Ozer, Veronica Benet. Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*, 2006, 57(1): 401-421
  - 21 Kuss DJ, Van Rooij AJ, Shorter GW, et al. IA in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 2013, 29(5): 1987-1996
  - 22 Zamani BE, Abedini Y, Kheradmand A. IA based on personality characteristics of high school students in Kerman, Iran. *Addiction and Health*, 2011, 3(3-4): 85-91
  - 23 贺金波, 祝平平, 聂余峰, 等. 人格对网络成瘾的影响及其心理机制综述. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(2): 221-224, 236
  - 24 Ozturk C, Bektas M, Ayar D, et al. Association of personality traits and risk of IA in adolescents. *Asian Nursing Research*, 2015, 9(2): 120-124
  - 25 王伟, 雷雳. 大一新生学习适应与教养方式的关系: 人格的中介作用. *教育理论与实践*, 2013, 10: 31-34
- (收稿日期:2017-01-24)
- 
- (上接第918页)
- 10 Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff CD. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002, 82(6): 1007-1022
  - 11 DeMartini KS, Fucito LM. Variations in sleep characteristics and sleep-related impairment in at-risk college drinkers: A latent profile analysis. *Health Psychology*, 2014, 33(10): 1164-1173
  - 12 Vannucci A, et al. Latent profile analysis to determine the typology of Disinhibited Eating Behaviors in children and adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2013, 81(3): 494-507
  - 13 崔春华, 李春晖, 王欣, 杨海荣. Ryff 心理幸福度量表在河北师范大学生中的试用. *中国心理卫生杂志*, 2005, 19(2): 128-130
  - 14 陈世民, 李旭, 郑雪. 单维还是二维? 幸福的积极情绪结构探讨. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(1): 92-96
  - 15 Fritz CO, Morris PE, Richler JJ. Effect size estimates: Current use, calculations, and interpretation. *Journal of Experimental Psychology: General*, 2012, 141(1): 2-18
  - 16 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
- (收稿日期:2017-01-13)