

主观幸福感和心理幸福感的因子结构度量*

——基于武汉市 6 所高校大学生幸福感的调查

向东进,严慈苗

(中国地质大学 数理学院,湖北 武汉 430074)

摘要 为了探索幸福感的性质和构成,了解大学生幸福感的总体状况并提出相应的建议,将主观幸福感和心理幸福感的理论和方法相结合,对武汉市 6 所高校不同层次、不同专业的学生的幸福感问题进行了实证分析。结果表明:大学生总体主观幸福感和心理幸福感处于中等偏低水平;主观幸福感的负性情绪维度与心理幸福感之间存在显著的负相关;主观幸福感和心理幸福感的因子结构具有跨文化的一致性以及对性别、专业、年级系数的不变性。进而提出提高大学生幸福感的建议:帮助大学生树立正确的人生价值观,确立合理的人生目标;加强挫折教育,帮助大学生进行有效的心理调适;指导大学生学会人际交往,建立和谐人际关系;加强校园文化建设,提高大学生的综合素质和正面情绪体验的敏感性。

关键词 主观幸福感;心理幸福感;大学生;因子分析;情绪维度

中图分类号:G 444 **文献标识码**:A **文章编号**:1008-3456(2012)05-0103-05

对幸福的追求是人类社会的一个永恒话题。而幸福感的性质与构成则是哲学家和其他领域学者们非常关注的研究主题。目前,幸福感的研究者已归属到 2 个阵营:主观幸福感(subjective well-being, SWB)和心理幸福感(psychological well-being, PWB)。学界对主观幸福感和心理幸福感 2 种研究取向的关系一直存在争议。主观幸福感强调幸福是正面与负面情绪的平衡,以及对个人生活满意度的判断认知,它是衡量人们生活质量的一个重要的综合性心理指标^[1];心理幸福感则着重考察“参与生活中存在的挑战”,其核心内容是 Ryff 于 1989 年提出的积极的人际关系、自主性、环境驾驭、自我接受、生活目的和个人成长这 6 个成分^[2]。主观幸福感以快乐论为导向;心理幸福感以实现论作基础。主观幸福感从实证经验着手;而心理幸福感从心理理论出发。但 Keyes 等发现心理幸福感的各个维度与主观幸福感之间有一定程度的相关,心理幸福感中的自我接受和环境控制 2 个因子同快乐感和生活满意度有中等程度的相关,而自主性、个人成长、人际关系、生活目标则同主观幸福感弱相关^[3];Deci 等^[4]、宛燕等^[5]、苗元江^[6]的研究表明,2 种幸福感之间可以互相补充,如果要更加全面理解幸福感,必须将 2

种幸福度量有机统一起来。

借鉴上述研究,本文拟利用对武汉 6 所高校在校大学生所作的调查数据,探讨幸福感的性质和构成以及主观幸福感和心理幸福感之间的关系,反映大学生中不同人群的幸福水平,以期幸福理论提供研究参考,为促进大学生心理健康提出建议。

一、数据来源与研究方法

2011 年 4 月,课题组在中国地质大学(地大)、华中科技大学(华科)、湖北工业大学(湖工)、武汉纺织大学(武纺)、湖北第二师范学院(二师)、湖北轻工职业技术学院(职校)等 6 所代表着不同层次水平的高校按年级、性别、专业分层向学生共发放调查问卷 1 300 份,收回有效问卷 1 193 份,有效率 91.77%。按男女分,男、女生分别占 60.5% 和 39.5%;按年级分,大一至大四学生分别占 30.8%、21.9%、28.2% 和 19.1%;按专业分,理、工、文科分别占 20.7%、48.6% 和 30.7%。

作实证分析时,基于国内外应用的广泛性,在调查问卷设计方法上,主观幸福感方面,采用著名的正负情绪量表和 Diener 发展的一个包含 5 个题项的总体生活满意度量表^[7]来分别度量主观幸福感的情

收稿日期:2012-02-24

* 国家社会科学基金项目“社会平等对幸福感的影响研究”(12CSH062)。

作者简介:向东进(1966-),男,教授,博士;研究方向:应用统计。E-mail:xiangdongjin@cug.edu.cn

感成分及生活满意度;心理幸福感方面,采用 Ryff 提出的 18 个条目的量表来度量 6 个维度的心理幸福感^[2]。主观幸福感方面选取正性情绪、负性情绪、生活满意度 3 个指标;心理幸福感方面选取自主性、环境驾驭、个人成长、人际关系、生活目的、自我接受 6 个维度。在样本数据分析方法上,依次采用描述性统计、相关性分析、探索性因子分析和验证性因子分析等方法。

二、实证分析

1. 总体数据的描述以及差异性分析

由全部样本数据计算得出:主观幸福感总量表

的内部一致性系数为 0.81;生活满意度、正负性情感以及心理幸福感量表 3 个分量表的内部一致性系数分别为 0.79、0.80 和 0.83,表明这几个量表具有较好的信度。

描述性统计的结果表明(见表 1、表 2):大学生主观幸福感的 3 项指标均低于或接近于各项指标统计分值区间的中值,总体处于中等偏低水平,正面情绪出现的频率稍高于负面情绪,生活满意度偏低,这说明相当比例的大学生对自己生活感到不满意;大学生的心理幸福感处于中等水平,其中个人成长和人际关系得分相对较高,生活目的和自我接受得分均处于中等水平。

表 1 不同高校学生幸福感比较

学校(样本数)	正性情绪	负性情绪	生活满意度	自主性	环境驾驭	个人成长	人际关系	生活目的	自我接受
地大(286)	29.77	22.17	18.57	11.21	11.86	13.08	12.93	10.78	11.02
华科(177)	28.49	22.20	18.18	11.87	11.98	14.07	12.67	11.02	10.99
湖工(169)	27.92	21.06	16.63	12.05	11.89	14.18	12.89	11.08	10.48
武纺(199)	30.64	22.01	17.85	12.40	11.95	14.30	12.53	11.66	10.77
二师(235)	30.76	25.96	18.05	10.09	11.24	11.67	11.53	11.30	10.87
职校(127)	29.58	23.90	18.41	11.70	11.93	13.66	12.61	10.46	11.21

表 2 幸福感在人口学变量上的差异

变量	正性情绪	负性情绪	生活满意度	自主性	环境驾驭	个人成长	人际关系	生活目的	自我接受	
年级	大一	29.48	22.65	18.14	11.57	11.89	13.84	12.78	11.00	10.94
	大二	30.26	22.15	18.28	11.78	11.80	13.73	12.47	11.33	11.04
	大三	29.29	22.59	17.54	11.88	11.74	13.34	12.47	11.10	10.97
	大四	30.03	24.12	18.18	11.09	11.58	12.07	12.10	10.99	10.69
性别	男生	22.66	23.13	17.51	11.64	11.69	12.93	12.30	11.03	10.75
	女生	29.77	22.31	18.77	11.56	11.90	13.97	12.80	11.20	11.06
专业	文科	30.45	22.89	18.97	11.43	11.80	13.54	12.75	11.19	10.96
	理科	30.13	22.73	18.43	11.34	11.71	12.80	12.38	10.98	10.98
	工科	28.93	22.77	17.35	11.81	11.82	13.47	12.47	11.09	10.78
总体	29.70	22.80	18.01	11.61	11.77	13.34	12.50	11.10	10.87	

表 1 对 6 所高校学生的主观幸福感和心理幸福感作了比较。从各项指标的均值上看,国家重点高校(地大、华科)和职业学院(职校)的学生有更高生活满意度,职业学院学生的负性情绪稍高于重点院校学生和普通专科高校(二师)的学生,职业学院学生的人际关系得分也略低于重点高校和普通专科高校的学生;普通本科高校(湖工、武纺)的学生总体的心理幸福感稍高于另外 3 类高校学生。

表 2 以主观幸福感的 3 个维度和心理幸福感的 6 个维度为因变量,分别以年级、性别、专业为自变量作均值比较。可以看出女生的平均主观幸福感和心理幸福感水平均比男生略高。主观幸福感方面,女生有较少的负面情感和较高的生活满意度。而心理幸福感,女生除自主性比男生略低,其他各维度的

平均得分都高于男生。二年级的学生总体幸福感水平高于其他各年级,而四年级比一年级的幸福感水平高,三年级的学生幸福感水平最低。文科专业的学生比理工科专业学生的主观幸福感高,而心理幸福感的得分则是理工科的学生高于文科的学生。

2. 主观幸福感与心理幸福感的相关性分析

表 3 显示,心理幸福感的各个维度与主观幸福感之间有一定程度的相关,自我接受和环境控制 2 个维度同生活满意度有中等程度的相关,这表明自我接纳程度越高,掌控环境能力越高,生活满意度就越高。自主性、个人成长、生活目标和人际关系几个维度,与生活满意度、正负情感之间相关较低。这与 Ryff 的研究结果是一致的。调研中,特别发现负面情绪与心理幸福感的各维度均存在中等以上程度的

相关,这表明负性情绪越低,心理幸福感越高。由此可见,主观幸福感和心理幸福感之间的联系是比较密切的。2种幸福感取向的因子之间存在着较多的联系。而自主性、个人成长、人际关系、生活目标同主观幸福感是一种弱相关的混合关系。

3. 探索性因子分析与验证性因子分析

(1)探索性因子分析。总有效样本量为 $N=1\ 193$,为了进行各种比较,分别将样本随机分为2个子样本,样本量分别为 $N_1=573$ 、 $N_2=620$;男生与女生,样本量分别为 722 和 471;理工科与文科,样本量分别为 727 和 366;重点院校、普通院校与职业技术学院,样本量分别为 463、368 和 362。总样本数据 KMO 统计量值为 0.800,各种不同子样本的 KMO 值都在 0.771 至 0.800 之间,表明变量间的相关性强,所选变量适合作因子分析。对每一个

子样本作探索性因子分析时,只有前2个特征值大于1,于是选择2个公共因子。需要特别说明的是,2个公共因子的累积贡献率都不太高,只有35%~45%,如果要想达到85%以上的累积贡献率,需要选取5~6个公因子,但这失去了因子分析降维的意义,而且后面的公因子的实际意义都不明确。这样的结果表明了几点问题:①主观幸福感与心理幸福感的因子结构具有较高维度;②测度量表的打分方式不利于确定较高贡献率的公因子;③量表具有西方文化背景,国内外民众对有些选项存在一定的理解差异,不过这不是主要原因,国外的实证研究也没有贡献率非常突出的公共因子,国内的一些研究表明这些量表对我国还是比较适用的。表4给出了不同子样本的因子载荷,通过对因子载荷进行分析,发现因子1反映心理幸福感,因子2反映主观幸福感。

表3 心理幸福感各维度与主观幸福感各维度的相关系数

维度	自主性	环境驾驭	个人成长	人际关系	生活目的	自我接受
正面情绪	0.150**	0.292***	0.096**	0.170***	0.259*	0.295***
负面情绪	-0.252***	-0.383***	-0.410***	-0.348***	-0.164***	-0.282***
生活满意度	0.090***	0.251***	-0.002**	0.103***	0.112**	0.405**

注:*,**,***分别表示在 $P<0.05$, $P<0.01$, $P<0.001$ 的水平上显著。

表4 不同样本的因子载荷

变量	随机样本一		随机样本二		男生样本		女生样本		理工科样本		文科样本	
	公共因子		公共因子		公共因子		公共因子		公共因子		公共因子	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
个人成长	0.764	-0.022	0.784	-0.053	0.819	-0.120	0.833	-0.144	0.801	-0.060	0.840	-0.084
人际关系	0.522	0.153	0.543	0.136	0.555	0.116	0.679	0.055	0.655	0.108	0.674	0.051
负面情绪	-0.549	-0.076	-0.539	-0.128	-0.517	-0.196	-0.653	-0.137	-0.674	-0.020	-0.683	-0.142
环境驾驭	0.534	0.441	0.532	0.413	0.523	0.389	0.609	0.401	0.585	0.475	0.637	0.323
自主性	0.533	0.126	0.501	0.161	0.478	0.212	0.563	0.245	0.597	0.140	0.628	0.228
生活目的	0.356	0.285	0.366	0.280	0.380	0.267	0.436	0.353	0.420	0.351	0.426	0.389
自我接受	0.156	0.577	0.184	0.633	0.015	0.726	-0.028	0.819	0.198	0.706	0.166	0.768
生活满意度	-0.001	0.538	0.016	0.611	0.225	0.691	0.221	0.762	-0.054	0.760	-0.025	0.783
正面情绪	0.125	0.518	0.144	0.491	0.163	0.483	0.126	0.675	0.070	0.711	0.167	0.617

注:表中第一列字体加粗的是主观满意度变量,其他列字体加粗的是心理幸福感变量,下同。

表4可以给出以下几点结论:①2个随机子样本所得的因子载荷非常接近,说明选取的因子模型比较合理。②男女生子样本、理工科与文科子样本的因子载荷非常接近,与随机子样本的因子载荷相差不多,表明不同对象具有相同的因子结构。③负面情绪作为主观幸福感的维度,在心理幸福感因子上的载荷都比较大,甚至已经超过了心理幸福感自身的大部分维度的载荷。而自我接受在主观幸福感上的载荷很大,环境驾驭在主观幸福感因子上的载荷也不算小。这表明主观幸福感与心理幸福感之间

存在一定的关联,并不是绝对分开的。④生活目的变量的载荷都不够大,表明该项因子与学生的幸福感关系不够密切。

表5显示,不同院校的因子载荷与其他子样本的因子载荷差别不大,一个显著的差异是普通院校的2个因子中,贡献率高的是主观幸福感因子,这一点与其他院校以及其他子样本的因子分析结果不同。由于2个因子的贡献率差别不太大,出现这样的结果并不奇怪。但研究中,特别发现负面情绪与心理幸福感之间存在很强的负相关性,负性情绪体验越少,心理

幸福感就越高,这一点具有突出的现实意义。

表 5 不同院校的因子载荷

变量	重点院校		普通院校		职业技术学院	
	公共因子		公共因子		公共因子	
	1	2	1	2	1	2
个人成长	0.774	-0.153	-0.130	0.808	0.833	-0.045
人际关系	0.665	0.203	-0.030	0.545	0.685	0.026
负面情绪	-0.577	0.035	-0.262	-0.601	-0.609	-0.017
环境驾驭	0.666	0.344	0.485	0.525	0.586	0.326
自主性	0.620	0.044	0.298	0.547	0.524	0.016
生活目的	0.510	0.131	0.485	0.428	0.375	0.207
自我接受	0.387	0.589	0.776	0.114	0.257	0.577
生活满意度	0.093	0.794	0.805	-0.040	0.000	0.456
正面情绪	0.196	0.714	0.664	0.128	0.197	0.409

(2)验证性因子分析。为了检验探索性因子分析的模型是否正确,又作了验证性因子分析。采用标准均方根残差和模型拟合优度 2 个标准,分别考虑总体样本以及各个子样本的单因子模型与双因子模型的效果,结果显示:所有情况下,双因子模型都优于单因子模型。这进一步表明,主观幸福感和心理幸福感均具有高阶因子结构,而且,主观幸福感和心理幸福感是 2 个不同但又相关的概念。

三、结论与建议

1. 结论

(1)主观幸福感与心理幸福感的因子结构。通过探究主观幸福感和心理幸福感的因子结构,发现与国外相关研究结果一致,这给主观幸福感和心理幸福感的因子结构在不同文化可以共用提供了初步证据。

主观幸福感的负性情绪维度同时也属于心理幸福感,负性情绪越高,心理幸福感越低。这与之前的研究是一致的。

以上结果表明主观幸福感和心理幸福感是不同的 2 个概念,但是又相互联系。本研究用验证性因子分析对主观幸福感和心理幸福感的因子结构进行验证,结果发现模型拟合效果很好。

(2)组间结构不变性。通过对高校本科在读学生的调查研究,证明主观幸福感和心理幸福感的因子结构对性别、专业、年级系数的不变性:无论被调查者是男性或者女性,文科还是理工科,大一、大二还是大三、大四,主观幸福感和心理幸福感的因子结构是不变的。

2. 建议

通过本次调查研究,发现大学生总体主观幸福

感和心理幸福感只处于中等偏低水平。说明在社会竞争压力加大的情况下,有一些主客观因素影响了当代大学生的幸福感。多数学生有较多的负性情绪体验,以及对自己目前的生活状况不满,自制能力不强,容易受环境的影响,人际关系处理能力一般,生活目的也不够明确。当然,这与年纪尚小有关,对自己认识也不够全面,期待改变。

现代大学生正处于人生转折的关键期,心理、思想的不成熟性和社会实践的局限性使他们的幸福观受到社会和文化发展的制约。增强大学生幸福感,高校应做到以下几点。

(1)帮助大学生树立正确的人生价值观。正确的人生观将指引他们走向正确的道路,用自己的辛勤劳动去创造美好未来,成为一个有益于社会有益于人民的高尚的人。而且,正确的人生观包含科学的幸福观。具有科学幸福观的大学生能够正确看待荣耀和挫折。顺境时不会飘飘然而被捧杀,逆境时不会自暴自弃,消沉下去,而是努力化解困难,实现预定目标。

(2)帮助大学生确立切实合理的目标。期望水平高低对幸福感有重要影响,自我实现程度影响更大。当代大学生幸福感偏低,与他们生活目标不明确有很大关系。对大学生而言,应该正确认识自我,根据自己的特点和长处,恰当地定位期望目标。在确定目标之后,指导他们踏实做好每一步工作,对目标实现状况以及原因作出合理评价。如果能达到理想自我与现实自我的和谐统一,无疑会极大地提高他们的幸福感。

(3)加强挫折教育,进行有效的心理调适,帮助学生克服各种困难。调查研究结果表明:负性情绪对大学生的幸福感具有较大影响,当他们遭受挫折时,如果不能及时找到解决困难的对策,或者不能及时调整心态,将在较长时间内对他们的身心带来不利影响。对于受到严重打击的学生,学校组织上需要有专业人员对他们进行及时的心理调适。

(4)指导大学生学会人际交往,建立和谐人际关系。在师生、学生之间关系融洽的氛围下,大学生们不单只是感到心情舒畅,更重要的是这样的环境,更容易让他们得到各种知识、技能和思想等方面的交流和帮助,能提高个体的成就感,从而增进自信心和幸福感。

(5)加强校园文化建设,想方设法提高大学生的综合素质,提高大学生正面情绪体验的敏感性。调

查研究结果表明:正面情绪对幸福感的影响远远小于负面情绪的影响。如果通过各种活动提高大学生的审美意识和水平,增强他们的感恩意识,提高他们的公德意识,他们在面对自然和人性的壮美时,应该会多一份激动,会有更高的幸福体验,也会因为责任感的增加而降低负面情绪,从而努力从自我做起,为建立和谐社会作出更多的贡献。

参 考 文 献

- [1] 孙灯勇.留守农民主观幸福感状况调查——以湖北省随州市和黄冈市为例[J].华中农业大学学报:社会科学版,2010(3):64-68.
- [2] RYFF C D. Happiness is everything, or is it? Explorations on

the meaning of psychological well-being[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1989,57(6):1069-1081.

- [3] KEYES C L, SHMOTKIN M D, RYFF C D. Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 2002,8(2):1007-1022.
- [4] DECI E L, RYAN R M. The what and why of goal pursuits human needs and the self-determination of behavior[J]. Psychological Inquiry, 2000,11(4):227-268.
- [5] 宛燕,郑雪,余欣欣. SWB 和 PWB 两种幸福感取向的整合研究[J]. 心理与行为研究,2010,8(3):190-194.
- [6] 苗元江. 幸福感概念模型的演化[J]. 赣南师范学院学报,2007(4):42-45.
- [7] DIENER E. Subjective well-being[J]. Psychological Bulletin, 1984,5(3):542-575.

The Factor Structure of Subjective and Psychological Well-being Measures

——A Survey about Students' Well-being of Six Universities in Wuhan

XIANG Dong-jin, YAN Ci-miao

(School of Mathematics and Physics, China University of Geosciences, Wuhan, Hubei, 430074)

Abstract Combining the theory and method of subjective and psychological well-being, this paper made a case study on undergraduates of different levels and majors in 6 universities in Wuhan so as to probe into the nature and constitution of well-being and consequently provide suggestions based on an overview of the well-being of undergraduates. The results showed that the subjective and psychological well-being of undergraduates was relatively in a low level, and the negative effect of subject well-being is significantly negative correlated with psychological well-being. Data analysis also demonstrated that these loadings of the higher order factor structure did not vary according to gender, grade or major. Further, suggestions were made to improve the level of well-being, namely helping undergraduates establish the correct values and reasonable life goals; strengthening the education of frustration to encourage psychological adjustment; providing guidance for students to establish harmonious interpersonal relationship; reinforcing the campus cultural construction and improving the comprehensive quality and the sensitivity of the positive emotions experience of college students.

Key words subjective well-being; psychological well-being; undergraduates; factor analysis; emotion dimension

(责任编辑:刘少雷)