

老年人社会支持对社会幸福感的影响 ——控制策略的中介作用

徐惠玲¹, 辜平¹, 戴冰^{1,2*}

¹成都医学院心理学院, 四川 成都

²四川应用心理学研究中心, 四川 成都

收稿日期: 2025年4月18日; 录用日期: 2025年7月23日; 发布日期: 2025年7月31日

摘 要

目的: 探讨老年人社会支持对社会幸福感的影响, 以及控制策略在其中的中介作用。方法: 采用社会支持评定量表、社会幸福感量表和控制策略量表对217名老年人进行问卷调查。结果: 1) 社会支持、控制策略、社会幸福感两两显著正相关; 2) 控制策略在社会支持与社会幸福感的关系中起部分中介作用, 中介效应占总效应百分比为46.93%, 选择性次级控制策略能中介社会支持对社会幸福感的预测。结论: 社会支持是社会幸福感的影响因素, 控制策略可能是社会支持影响老年人社会幸福感的内在机制之一。

关键词

老年人, 社会支持, 社会幸福感, 控制策略

The Impact of Social Support on Social Well-Being in the Elderly —The Mediating Role of Control Strategies

Huiling Xu¹, Ping Gu¹, Bing Dai^{1,2*}

¹School of Psychology, Chengdu Medical College, Chengdu Sichuan

²Sichuan Research Center of Applied Psychology, Chengdu Sichuan

Received: Apr. 18th, 2025; accepted: Jul. 23rd, 2025; published: Jul. 31st, 2025

Abstract

Objective: To explore the impact of social support on the social well-being of the elderly and the mediating role of control strategies in this relationship. **Methods:** A questionnaire survey was conducted

*通讯作者。

文章引用: 徐惠玲, 辜平, 戴冰. 老年人社会支持对社会幸福感的影响[J]. 老龄化研究, 2025, 12(7): 765-775.
DOI: 10.12677/ar.2025.127104

among 217 elderly people using the Social Support Rating Scale, Social Well-being Scale, and Coping Strategies Scale. Results: 1) Social support, control strategies, and social well-being were significantly positively correlated with each other. 2) Control strategies played a partial mediating role in the relationship between social support and social well-being, accounting for 46.93% of the total effect. Specifically, selective secondary control strategies mediated the predictive effect of social support on social well-being. Conclusion: Social support is an influencing factor of social well-being, and control strategies may serve as one of the intrinsic mechanisms through which social support affects the social well-being of the elderly.

Keywords

The Elderly, Social Support, Social Well-Being, Control Strategies

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 前言

社会幸福感是个体从主观上评估自己的人际关系质量以及对其周围环境和社会功能所感受到的幸福程度指标[1]。社会幸福感的概念、测量和影响因素等研究得到了一些重要结果[2]-[5]。但关于老年人社会幸福感的实证研究存在一定不足。有研究显示,要想提高老年人的社会幸福感,可以把社会支持作为重要促进手段[6]-[14]。老年人控制策略的使用也与其社会幸福感存在紧密联系[15]-[23]。近期相关研究显示,社会支持对个体社会幸福感具有显著的正向影响[24][25],控制策略在乐观、领悟社会支持与主观幸福感之间起到中介作用[26]。在此基础上,本研究将探索控制策略这一变量在社会支持与社会幸福感之间是否存在中介作用及其影响机制的具体路径,并继续验证社会支持及其各维度对于社会幸福感及其各维度的影响作用。并在此提出假设:1) 社会支持对老年人社会幸福感具有显著的正向影响;2) 控制策略在社会支持与社会幸福感之间存在中介作用。

1.1. 社会支持和控制策略的关系

有学者总结了社会支持在学术研究领域的大致分类,例如谌静[27]发现肖水源和杨德森将社会支持分为主观支持、客观支持和对支持的利用度,客观的社会支持是指可见的支持,例如经济支持和物质支持,而主观的社会支持是指个体在体验上接受到的正向反馈,例如感受到的关心和照顾[28]。控制策略是指个体在实现自己的目标过程当中,面临失去控制的情景而作出的认知,具体包含超出自身能力和外在资源范围两个方面,Rothbaum 等将其分为初级控制与次级控制[19],Hecckhausen 和 Schulz [18]将初级和次级控制策略进一步细分为 4 种控制策略——选择性初级控制策略、选择性次级控制策略、补偿性初级控制策略、补偿性次级控制策略。其中选择性初级控制策略是指个体达成目标过程当中,所直接作出的努力,例如时间、技能学习等;选择性次级控制策略是指个体为追求目标所投入的内部资源,例如意志努力、增强达成目标的控制知觉、提升目标的价值等;补偿性初级控制策略是指当个体的内部资源不足以实现目标时,会向外获取资源,例如老年人的机能衰退之后,会向他人寻求帮助;补偿性次级控制策略是指个体在无法实现目标时为保护其情感资源所作出的认知和行为,例如酸葡萄心理、下行社会比较(与能力不如自己的人比较)等[29]。个体在运用控制策略时,普遍偏好是优先采用选择性策略,因为此时的结果是有可能的;但是当选择性策略不再发挥作用时,个体会采用补偿策略,并且随着年龄的增长,

尤其是步入老年期之后,个体使用次级控制策略的频率会逐步增高,使用初级控制策略的频率会逐步减少,最终以次级控制策略为主[30][31]。关于社会支持和控制策略的关系,国外普遍被分成了两个不同的方面,一是社会支持会对次级控制水平产生正面的影响,例如有学者[32]认为失去有力的社会支持会降低自我控制感以及解决问题的能力,从而降低次级控制策略的使用频率;二是社会支持会对老年人的次级控制水平产生负面的影响,因为对于自我调节能力比较低的老年人来说,社会支持很可能会变成物质、精神依赖[31],Wahl 等[32]也认为社会环境会降低个体的自我决定水平,也就是社会支持提升可能导致个体次级控制水平下降。国内对于社会支持和控制策略的关系研究更少,但是与国外学者研究结果有所不同,牛玉柏等[26]认为初级控制策略在老年人中仍然占据首要地位,乐观与领悟社会支持能通过初级策略的选择间接提升幸福感,进而实现成功老龄化,也就是说社会支持会影响个体对于初级策略的选择。

1.2. 控制策略和社会幸福感的关系

社会幸福感主要是指一种个人对于自己及其与他人相处过程以及品质,及其与社会组织之间联系密切程度等的自我评价和衡量[33],社会幸福感的另外一个深层意义是个体对于自己更加有勇气和自信,认为自己可以一定程度上实现一些特殊的社会目标[34],曹瑞等认为与主观幸福感、心理幸福感不同,社会幸福感更强调个体融入和贡献社会的程度[35]。关于控制策略和社会幸福感的关系,国内和国外研究都认为次级控制策略能提升社会幸福感,例如 Helliwell 等[36]认为使用次级控制策略的老年人幸福感和健康水平更高,常见的次级控制策略包括打扫房间来提升对生活的掌控感、通过社会比较来调整对于自身的认知。Tu 等[37]也认为次级控制策略是老年人社会幸福感水平的晴雨表,同时,张在红[32]的研究也有相同的发现。Hofmann 等[38]则发现次级控制策略对于社会幸福感的影响具有跨文化的稳定性,即对不同文化和年龄组的老年人都适用。Wrosch 也有与之类似的发现[39]。但是分歧主要集中于补偿性次级控制策略是否能够提升老年人的社会幸福感——一方面,Wahl 等[32]的研究发现补偿性次级策略并不会给老年人带来明显的积极情绪效应,因为控制策略的占比会随着老化适应的过程转向更多的补偿性次级控制策略,也就是说当功能限制到一定程度之后,老化本身都会给老年人带来威胁;另一方面,Wrosch [39]的研究结果证明,对于不能实现的目标,合理的放弃和适应能够提升老年人的社会幸福感,也就是说次级补偿策略有助于个体获得社会幸福感,张在红[29]也认为个体使用次级控制策略更容易获得主观幸福感,但年轻人和老年人所使用的次级控制策略是有分别的:年轻人坚持达到目标更易获得幸福感,而老年人通过再评价策略(补偿性次级控制策略)更容易获得幸福感;当然,也有学者认为多种控制策略的合并使用能够提升老年人的主观幸福感[40]。

1.3. 社会支持和社会幸福感的关系

在社会支持和社会幸福感的关系方面,国内研究和国外研究的聚焦点不同:国内关于此方面的研究聚焦于社会支持通过其他的社会心理或者心理健康变量——例如自尊、自我效能感、孤独感、焦虑、抑郁情绪等对社会幸福感产生的影响[41]-[43],研究的范围比较单一;国外关于社会支持对幸福感的影响研究则涉及社会支持提供者和接受者的主观幸福感[44]、代际支持对老年人主观幸福感的影响[45][46]、社会支持的量和平衡对幸福感的影响[47]。国内和国外研究都存在一定的局限,例如国内研究需要拓宽在这个领域的研究广度,并且注重定量分析与定性分析相结合,而国外研究则需对社会支持类型之间的相互关系进行深入的探讨。总的来说,学术界对于社会支持和社会幸福感的关系研究可以分为两个方向:一是社会支持对社会幸福感产生积极影响,因为社会支持会对老年人的希望和孤独感产生影响[24],进而对社会幸福感产生影响,Hayat 等[48]则认为可持续的社会网络对于提升老年人的心理韧性和降低孤独感及促进身心健康至关重要;二是社会支持有可能对社会幸福感产生消极影响,因为如果个体接受的社会支

持远远超过了他们能提供的社会支持,这会让他们感觉到崩溃,类似地,如果个体提供的社会支持远远超过他们所接受到的社会支持,那么他们也会感觉到不满意[44],尤其是自愿和有效的社会支持也会对社会支持提供者的幸福感产生影响,因此,这是一个双向的过程,如果社会支持在两者之间失衡,那么社会支持很有可能会对双方的情绪产生负面的效应。另一种说法是本身自我调节能力就比较低的老年人,如果长期接受高浓度的社会支持,他们会产生依赖性,从而降低他们的社会幸福感[37]。

1.4. 控制策略在社会支持和社会幸福感关系中的中介作用

介于控制策略的分类有四种,因此对于控制策略在社会支持和社会幸福感当中的中介作用,本文分四种情况讨论。其一,国内外大多数学者认为选择性次级控制策略能够提升老年人的社会幸福[32] [39] [40];其二,对于补偿性次级策略,学术界略有争议,有研究提到,功能限制的老年人会更多地使用补偿性初级控制策略[32],随着老化适应的进程,老年人使用补偿性次级控制策略的频率会越来越高,当老年人的功能限制达到一定程度之后,老化本身也会成为威胁,也就是说,补偿性次级控制策略有可能和低社会幸福感相关;其三,对于初级控制策略来说,国内有学者表示使用初级控制策略仍然在提高老年人主观幸福感当中扮演重要的角色[26],还指出领悟社会支持可以通过选择性初级控制策略对老年人的主观幸福感产生积极影响,但有研究提到,选择性初级控制策略对身体的功能要求会更高[32],也就是说,只有老年人身体限制较少的时候,社会支持通过选择性初级控制策略来影响社会幸福感的中介效应才会显著;其四,对于补偿性初级策略来说,也存在一定的争议,有研究提到,随着老年人的身体功能受到限制,他们会更多地采用补偿性初级控制策略[36],而且相关研究也指出,对于自我调节能力比较弱的老年人来说,过度的社会支持会造成老年人物质或者精神上的依赖,反而会降低社会幸福感[37],也就是说,补偿性初级控制策略对于社会支持和社会幸福感的中介作用只有在特定情况下才会显著。

2. 研究方法

2.1. 研究样本

采用方便取样选取长期居住在四川省年龄在 65 岁以上的老年人,一共发放了 243 份问卷,回收问卷 221 份,通过筛选,剔除 4 份无效问卷,选择有效问卷 217 份,有效率为 89.3%。其中年龄 $M = 72.94$, $SD = 6.57$, 其中女性 112 份,男性 105 份。

2.2. 研究工具

2.2.1. 《社会支持量表》

采用肖水源编制的社会支持评定量表[13],量表包含主观支持、客观支持和对支持的利用度三个维度。共 10 个条目,该量表 Cronbach's α 系数为 0.92,各维度的 Cronbach's α 系数分别为 0.74、0.77、0.73 [10]。本研究中问卷 Cronbach's α 系数为 0.66。

2.2.2. 《社会幸福感量表》

采用苗元江和王青华修订的中文版《社会幸福感量表》,该量表在何安明等的文章当中有具体呈现[49],问卷包含社会实现、社会和谐、社会整合、社会认同和社会贡献五个维度,共 15 个条目,该量表 Cronbach's α 系数为 0.78,各维度的 Cronbach's α 系数分别为 0.71、0.69、0.73、0.71、0.68 [49]。本研究中问卷 Cronbach's α 系数为 0.78。

2.2.3. 《控制策略量表》

采用中文版的《控制策略量表》(Control Strategies Scale, CSS)。依据 Heckhausen 和 Schulz 的成功老

龄化毕生控制理论中关于控制策略的论述以及相关评价工具(OPS 量表)编制控制策略量表,有 10 个题项,五点记分[50]。本研究中问卷 Cronbach's α 系数为 0.73。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

运用探索性因素分析将社会支持量表、社会幸福感量表、控制策略量表的全部项目进行分析,各量表第一个公因子对总变异的解释率分别为 26.635%、25.92%、33.186%,都没有超过 40%这一标准临界值,这说明本研究共同方法偏差不严重。

3.2. 各变量相关分析结果

通过对个体自我评估的社会关注度、年龄与社会支持、社会幸福感及控制策略进行相关性分析,如表 1 所示,社会支持与社会幸福感呈显著性正相关,社会支持与控制策略呈显著性正相关,社会幸福感与控制策略呈显著性正相关;个体自我评估的社会关注度与社会支持、社会幸福感、控制策略呈显著正相关;年龄与社会支持、控制策略呈显著负相关。

Table 1. Relevance

表 1. 相关性

	M $\pm$ SD	社会关注度	年龄	社会支持	社会幸福感	控制策略
社会支持	33.84 $\pm$ 6.98	0.209**	-0.174*	1		
社会幸福感	73.14 $\pm$ 11.1	0.173*	-0.061	0.365**	1	
控制策略	31.12 $\pm$ 6.68	0.155**	-0.177**	0.471**	0.456**	1

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

3.3. 社会支持对社会幸福感的影响

如表 2 所示,分别将社会幸福感设为目标变量,社会支持作为自变量,进行线性回归分析,得出结果, Durbin Watson 指数趋近于 2, 自相关性不明显,残差分布为正态分布。回归方程具有显著性,社会支持能够显著预测社会幸福感,对社会幸福感的解释率达到 13.4%。

Table 2. Regression analysis of social support to social well-being

表 2. 社会支持对社会幸福感的回归分析

因变量	预测变量	R ²	F	B	T	DW
社会幸福感	社会支持	0.134	33.145***	0.51	5.757***	1.809

此外,为了更深入地研究老年人社会幸福感的影响因素,将作为自变量的社会支持的三个维度与作为目标变量的社会幸福感以及其各个维度进行多元线性回归分析,得出相关结果如表 3 所示,社会支持维度中,主观支持和对支持的利用度对社会幸福感有显著的预测作用(主观支持: $B = 0.687, t = 3.619, p < 0.001$; 对支持利用度: $B = 1.126, t = 3.284, p < 0.01$),客观支持对社会实现有显著的预测作用($B = 0.182, t = 2.503, p < 0.05$),主观支持、客观支持和对支持的利用度对社会和谐均有显著性的预测作用(主观支持: $B = 0.209, t = 3.013, p < 0.01$; 客观支持: $B = 0.294, t = -2.825, p < 0.01$; 对支持的利用度: $B = 0.344, t = 2.742, p < 0.01$)。主观支持和对支持的利用度对社会整合有显著的预测作用(主观支持: $B = 0.201, t = 3.24, p < 0.01$; 对支持的利用度: $B = 0.368, t = 3.271, p < 0.01$)。对支持的利用度对社会贡献有显著的预测作用

($B = 0.36, t = 2.297, p < 0.05$)。Durbin Watson 指数各维度都趋近于 2，各个维度的自相关性不明显，残差分布为正态分布。

3.4. 控制策略对社会支持与社会幸福感的中介作用

采用 SPSS 宏中的 Model 4 (Model 4 为简单的中介模型)，对控制策略在社会支持与社会幸福感的关系中是否存在中介效应进行检验，结果如表 4、表 5 所示，社会支持对社会幸福感有显著的正向预测作用($B = 0.581, t = 5.7572, p < 0.001$)，社会支持对控制策略的正向预测作用显著($B = 0.45, t = 7.8196, p < 0.001$)，社会支持对社会幸福感的预测作用在加入控制策略这一中介变量后仍然显著($B = 0.606, t = 5.3871, p < 0.001$)。

Table 3. Multiple regression analysis of social support dimensions to social well-being dimensions (N = 217)
表 3. 社会支持各维度对社会幸福感各维度的多元回归分析(N = 217)

因变量	预测变量	R ²	F	B	T	DW
社会幸福感	主观支持	0.154	12.889**	0.687	3.619***	1.839
	客观支持			0.064	0.226	
	对支持利用度			1.126	3.284**	
社会实现	主观支持	0.04	2.928*	0.019	0.398	1.855
	客观支持			0.182	2.503*	
	对支持利用度			-0.037	-0.43	
社会和谐	主观支持	0.091	1.119***	0.209	3.013**	1.571
	客观支持			-0.294	-2.825**	
	对支持利用度			0.344	2.742**	
社会整合	主观支持	0.133	10.93***	0.201	3.24**	1.885
	客观支持			-0.001	-0.008	
	对支持利用度			0.368	3.271**	
社会贡献	主观支持	0.093	7.26***	0.149	1.966	1.751
	客观支持			0.16	1.407	
	对支持利用度			0.36	2.297*	

Table 4. Mediating effect of control strategies on social support and social well-being (N = 17)
表 4. 控制策略对社会支持与社会幸福感的中介作用(N = 217)

自变量	因变量	R ²	F	t	B
社会支持	社会幸福感	0.1336	33.1451	5.7572***	0.581***
社会支持	控制策略	0.2214	61.1466	7.8196***	0.45***
社会支持	社会幸福感	0.237	33.2426	2.8659*	0.308**
控制策略				5.3871***	0.606***

由表 5 结果可知，社会支持能够直接解释的对社会幸福感的影响占总效应的 53.06%，控制策略作为中介效应在其中占比为 46.93%。二者的 bootstrap 95%置信区间的上、下限同为正，就表明效应显著，这说明社会幸福感可以被社会支持直接预测，还可以在这预测过程中，加入控制策略这一中介。

Table 5. Decomposition table of total effect, direct effect and mediating effect
表 5. 总效应、直接效应、中介效应分解表

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	效应相对值(占比)
中介效应	0.2726	0.0652	0.1493	0.4057	46.93%
直接效应	0.3082	0.1143	0.0803	0.5268	53.06%
总效应	0.5809	0.116	0.073	0.526	

注：Boot SE、BootLLCI 和 Boot ULCI 分别指通过偏差矫正的百分位 Bootstrap 法估计的间接效应的标准误差、95% 置信区间的下限和上限。

此外，为了更进一步地检验控制策略中具体哪一维度在社会支持对社会幸福感的影响上起着中介作用，本文又进行了多元回归分析，结果如表 6 所示。可以看出，表 6 与表 4 结果一致，具体是选择性次级控制策略这一维度在社会支持对社会幸福感的预测作用中起中介作用($B = 1.344, t = 5.095, p < 0.001$)。如图 1 所示，中介模型是根据表 4、表 6 的结果作出的。

Table 6. Mediation analysis of each dimension of control strategy
表 6. 控制策略各维度的中介分析

自变量	因变量	R ²	F	B	T
社会支持				0.357	3.607***
选择性初级控制策略				0.29	1.333
选择性次级控制策略	社会幸福感	0.256	15.832***	1.344	5.095***
补偿性初级控制策略				0.299	0.928
补偿性次级控制策略				-0.329	-1.378

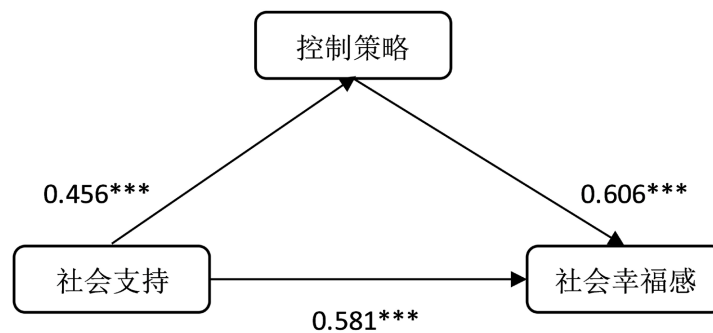


Figure 1. Mediation model
图 1. 中介模型

此外，研究者还对四个年龄段(65~69 岁、70~74 岁、75~79 岁、80 岁以上)在控制策略及其各个维度(选择初级、选择次级、补偿初级以及补偿次级)上进行了方差分析，在方差齐性中发现，在控制策略以及补偿次级上四个年龄段的方差齐性(控制策略： $p = 0.099$ ；补偿次级： $p = 0.521$)，在此基础上可以发现，在控制策略和补偿次级控制策略的使用上 80 岁以上的老年人分别与 65~69、70~74、75~79 岁三个年龄段存在差异(控制策略 $F(3, 213) = 4.932, p < 0.01$ ；补偿次级： $F(3, 213) = 3.342, p < 0.05$)，对此进行事后检验比较发现，80 岁以上的老年人在总体控制策略和补偿次级控制策略的使用上得分明显低于其他三个年龄段。

4. 讨论

4.1. 社会支持和控制策略的关系

研究表明,社会支持和控制策略的得分呈显著正相关,也就是说老年人的社会支持水平越高,他们的控制策略得分也会更高,也就是说社会支持越多的老年人,使用控制策略也会更频繁,这与 Tu 等[37]的研究结果一致,其认为失去有力的社会支持会降低老年人的自我控制感。但具体哪一种控制策略的使用和社会支持高度相关本文没有进行更深一步的探索。国内和国外关于社会支持和控制策略的关系存在一定的分歧,国外有学者认为对于自我控制能力较差的老年人来说,更多的社会支持反而会促使老年人形成物质或者精神上的依赖,这对自我控制会有反向的负面影响[37]。这可能是中国的集体主义文化导致的,当老年人的社会支持减少时,他们可能会觉得自己的人生失去了控制,从而陷入恐慌,而国外文化比较强调个人主义,因此,当社会支持浓度过高时,反而会限制老年人的自我控制水平,减少控制策略的使用。

4.2. 控制策略和社会幸福感的关系

研究表明,控制策略得分和社会幸福感水平呈显著正相关,并且控制策略当中的选择性次级控制策略能够正向预测社会幸福感水平。这与多数学者的研究结果相一致——Heckhausen 等[16]认为次级控制策略在老年人情绪调节中有重要作用,Tu 等[37]发现自我控制水平是老年人社会幸福感的晴雨表。选择性次级控制策略是四种控制策略当中最为特殊的一种,它既不像选择性初级控制策略一样依赖身体的功能或者已经具备的技能,也不像补偿性初级策略一样依赖他人的帮助或者工具性资源(例如失聪的老人需要助听器),和补偿性次级控制策略相比,它也还没有到完全放弃目标的状态,尤其是对于老年人来说,随着老化适应进程的加深,补偿性控制策略的使用频率会越来越高,当身体限制到一定程度的时候,老化本身也会成为威胁[32]。使用初级控制策略频率较高的老年人很有可能在身体或者技能限制的时候因为不得不放弃社会目标而陷入低社会幸福感;使用补偿性初级策略频率较高的老年人很有可能在高浓度的社会支持之下使社会支持失去平衡[47],将补偿性初级策略异化成为“被动的依赖”,导致支持的提供者和老年人本身都陷入负面的情绪当中,从而使社会幸福感下降;使用补偿性次级控制策略的老年人很有可能老化适应的过程当中,不断丧失对于既定目标的控制感,而将补偿性初级控制策略异化成为“被动地等待老化进程的加深”。研究结果提示,也许适当的对于目标锚定的调试才最有助于提高社会幸福感,而其余的几种控制策略容易在现实的社会情景当中产生异化,从而使理论变得具有局限性。尤其是现实社会情景当中老年人都存在不同程度的身体限制,对于智能产品的使用也还并没有普及化,而且年轻人对于教授老年人使用智能产品时的不耐烦的态度也会削弱老年人的自我效能感以及学习动机,尤其是学习智能产品是一个长期的过程[51]。对于为老年人提供社会支持方面,也存在“久病床前无孝子”的现实困境。

另外,通过对年龄分组在控制策略及其各个维度上进行方差分析,结果可知高龄老年人相比于低龄老年人的控制策略得分更低,其原因可能是随着年龄的不断增长,在生理和社会角色领域受到限制,身体机能也逐渐退化丧失,他们的获得感逐渐降低,使得他们需要不断调节自身,去适应现实中的限制和制约,故而他们对目标达成不再盲目乐观,但是也不会放弃那些自己仍然可达成的目标,就像是“甜柠檬”心理一样,他们会提升自己可以达成的目标的价值。

4.3. 社会支持和社会幸福感的关系

研究表明,社会支持中的主观支持维度对社会幸福感、社会和谐、社会整合有显著的预测作用,社会支持中的客观支持维度对社会幸福感当中的社会实现、社会和谐维度有显著的预测作用;社会支持当中的对支持利用度维度对社会幸福感、社会和谐、社会整合、社会贡献具有显著的预测作用。这与以往

的研究结果一致。本研究结果能够说明能良好利用社会支持的老年人对自己的生活环境也有一个良好的评估,会对社会更感兴趣,对社会生活的理解性更高;实际的社会支持越多,比如物质方面获得越多的老年人,更能认识到自己在日常生活的有用性,更会被社会 and 他人认同,这能够保护他们免受生活危机的负面影响。社会支持是健康老龄化的重要资源,对老年人的身心健康有调节作用[7] [52]。在同等的物质条件下,能够将物质资源更有效利用的老年人,其社会幸福感会更高,这体现在对期望得到生命感的维持或促进、收获较多安慰和支持从而在社会获得归属感、社会成员意识。

4.4. 控制策略在社会支持和社会幸福感关系中的调节作用

研究表明,控制策略在社会支持和社会幸福感的关系当中起到中介作用,并且四种控制策略当中,只有通过选择性次级控制策略,社会支持才能够对社会幸福感起到显著的预测作用。可能是因为前文提到的现实社会情景的关系,其他三种中介路径的成立都对于显示的社会情景有一定要求。例如,选择性初级控制策略对于老年人身体和技能有一定要求[32],加上控制策略的使用优先级[29],导致身体健康的老年人第一选择并不是寻求外界的帮助而是自己通过努力获取,这就使得选择性初级控制策略在社会支持和社会幸福感之间的中介路径不显著;而在使用补偿性初级策略过程中,老年人容易将对于社会支持的获取异化成为精神或者物质依赖[37];在使用补偿性次级控制策略的过程中,老年人由于老化适应或者身体限制的加深,而对老化本身呈现消极的态度,因而将补偿性次级控制策略异化成为“被动地等待老化的加深”,而不采取有效的措施。因此,在后续研究中,可以关注四种控制策略的异化。

4.5. 研究启示

本文研究提示,现实的社会情景会对控制策略的使用产生一定影响,例如控制策略的异化会导致中介路径的受限,但是选择性次级控制策略具有一定的稳定性。

4.6. 局限

首先,本研究选取的是四川样本,且被试年龄大部分集中于 65 至 70 岁之间,其余年龄段分布较少,有产生取样偏差结果的可能;并且本研究对四川省内不同地区分别进行方便取样,可能会影响数据的代表性。此外,由于某些被试年龄较大,听觉退化严重,研究者尽力确保研究对象听清并听懂问卷的题目含义,但是不排除某些意外,他们无法持续地将注意力集中在问卷的问题上,有时甚至思绪已经偏离;由于被试年龄普遍偏大,身体机能退化严重,影响对目标的达成,他们的消极心态可能对控制策略有消极的影响。后续的研究可以根据老年人的年龄、身体情况、掌握技能情况将其划分成为具体的小组,这样对于中介路径的解释会更精确。

其次,本研究探讨的是控制策略在社会支持对于社会幸福感中的中介作用,看似研究比较简单,实则控制策略的划分并不是单一的,而且不同的控制策略各有其特点,而且学界对于不同类型控制策略的作用机制存在不同的观点,将控制策略作为一个大的变量,会模糊掉相应控制策略类型的研究价值——即究竟是哪一种控制策略的影响更为显著?

基金项目

2023 年成都市哲学社会科学规划项目(2023BS093); 2023 年四川应用心理学研究中心面上项目(CSXL-23315)。

参考文献

- [1] 苗元江, 赵姗. 从社会幸福感到积极心理健康模型-Keyes 介评[J]. 心理研究, 2009, 2(5): 13-16, 25.

- [2] 苗元江, 朱晓红, 陈浩彬. 从理论到测量——幸福感心理结构研究发展[J]. 徐州师范大学学报(哲学社会科学版), 2009, 35(2): 128-133.
- [3] Shapiro, A. and Keyes, C.L.M. (2007) Marital Status and Social Well-Being: Are the Married Always Better off? *Social Indicators Research*, **88**, 329-346. <https://doi.org/10.1007/s11205-007-9194-3>
- [4] Keyes, C.L.M. (1998) Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, **61**, 121-140. <https://doi.org/10.2307/2787065>
- [5] 苗元江, 陈浩彬, 白苏妤. 幸福感研究新视角——社会幸福感概述[J]. 社会心理科学, 2008(2): 17-21.
- [6] 辛素飞, 岳阳明, 辛自强, 等. 1996至2015年中国老年人社会支持的变迁: 一项横断历史研究[J]. 心理发展与教育, 2018, 4(6): 672-681.
- [7] Zhao, Z., Jing, S., Yan, Z. and Yu, L. (2020) Social Change and Birth Cohort Decrease in Social Support for Older Adults in China: A Cross-Temporal Meta-Analysis, 1994-2018. *Health & Social Care in the Community*, **28**, 1438-1447. <https://doi.org/10.1111/hsc.13004>
- [8] Besser, A. and Priel, B. (2008) Attachment, Depression, and Fear of Death in Older Adults: The Roles of Neediness and Perceived Availability of Social Support. *Personality and Individual Differences*, **44**, 1711-1725. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.01.016>
- [9] 吴捷, 张阔. 人格、社会支持与老年人需要的关系[J]. 心理发展与教育, 2011, 27(4): 382-387.
- [10] Uehara, E. (1990) Dual Exchange Theory, Social Networks, and Informal Social Support. *American Journal of Sociology*, **96**, 521-557. <https://doi.org/10.1086/229571>
- [11] 丘海雄, 陈健民, 任焰. 社会支持结构的转变: 从一元到多元[J]. 社会学研究, 1998(4): 33-39.
- [12] Lee, K., Noh, M. and Koo, D. (2013) Lonely People Are No Longer Lonely on Social Networking Sites: The Mediating Role of Self-Disclosure and Social Support. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, **16**, 413-418. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0553>
- [13] 肖水源. 《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用[J]. 临床精神医学杂志, 1994(2): 98-100.
- [14] Chen, Y. and Feeley, T.H. (2013) Social Support, Social Strain, Loneliness, and Well-Being among Older Adults: An Analysis of the Health and Retirement Study. *Journal of Social and Personal Relationships*, **31**, 141-161. <https://doi.org/10.1177/0265407513488728>
- [15] Haynes, T.L., Heckhausen, J., Chipperfield, J.G., Perry, R.P. and Newall, N.E. (2009) Primary and Secondary Control Strategies: Implications for Health and Well-Being among Older Adults. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **28**, 165-197. <https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.2.165>
- [16] Heckhausen, J., Wrosch, C. and Schulz, R. (2010) A Motivational Theory of Life-Span Development. *Psychological Review*, **117**, 32-60. <https://doi.org/10.1037/a0017668>
- [17] 王燕, 林镇超, 侯博文, 孙时进. 生命史权衡的内在机制: 动机控制策略的中介作用[J]. 心理学报, 2017, 49(6): 783-793.
- [18] Heckhausen, J. and Schulz, R. (1993) Optimisation by Selection and Compensation: Balancing Primary and Secondary Control in Life Span Development. *International Journal of Behavioral Development*, **16**, 287-303. <https://doi.org/10.1177/016502549301600210>
- [19] Rothbaum, F., Weisz, J.R. and Snyder, S.S. (1982) Changing the World and Changing the Self: A Two-Process Model of Perceived Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, **42**, 5-37. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.42.1.5>
- [20] 单玲玲, 陈国鹏. 解析成功老龄化的新角度——毕生控制理论[J]. 心理学, 2008(4): 950-952+945.
- [21] 唐荣敏, 吕厚超. 毕生控制理论的新发展: 调节模型及控制策略[J]. 心理科学进展, 2013, 21(5): 847-856.
- [22] Hawkins, M.T., Letcher, P., Sanson, A., Smart, D. and Toumbourou, J.W. (2009) Positive Development in Emerging Adulthood. *Australian Journal of Psychology*, **61**, 89-99. <https://doi.org/10.1080/00049530802001346>
- [23] Dwivedi, A. and Rastogi, R. (2019) Predicting Social Well-Being Using Time Perspective in Emerging Adults. *Journal of Health Management*, **21**, 547-558. <https://doi.org/10.1177/0972063419884416>
- [24] 姚若松, 郭梦诗, 叶浩生. 社会支持对老年人社会幸福感的影响机制: 希望与孤独感的中介作用[J]. 心理学报, 2018, 50(10): 1151-1158.
- [25] 陈志霞, 于洋航. 城市社会管理、社会支持与社会幸福感——基于 41 个城市 2284 位居民的实证研究[J]. 西北人口, 2019, 40(3): 44-56.
- [26] 牛玉柏, 郝泽生, 王任振, 等. 老年人乐观、领悟社会支持与主观幸福感的关系——控制策略的中介作用[J]. 心理发展与教育, 2019, 35(2): 227-235.
- [27] 湛静. 社会支持对社区丧偶老年人生活质量的影响及干预研究[D]: [硕士学位论文]. 成都: 成都医学院, 2024.
- [28] 李欣如. 上海市老年残疾人的社会支持困境与对策研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2024.

- [29] 张在红. 老年人控制感、控制策略与心理健康的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京师范大学, 2010.
- [30] Heckhausen, J. (1997) Developmental Regulation across Adulthood: Primary and Secondary Control of Age-Related Challenges. *Developmental Psychology*, **33**, 176-187. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.33.1.176>
- [31] Chipperfield, J.G., Perry, R.P., Bailis, D.S., Ruthig, J.C. and Chuchmach Loring, P. (2007) Gender Differences in Use of Primary and Secondary Control Strategies in Older Adults with Major Health Problems. *Psychology & Health*, **22**, 83-105. <https://doi.org/10.1080/14768320500537563>
- [32] Wahl, H., Becker, S., Burmedi, D. and Schilling, O. (2004) The Role of Primary and Secondary Control in Adaptation to Age-Related Vision Loss: A Study of Older Adults with Macular Degeneration. *Psychology and Aging*, **19**, 235-239. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.19.1.235>
- [33] 周梅佳. 老年人社会支持、情绪调节与社会幸福感的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 重庆师范大学, 2021.
- [34] 陈奕充. 农村老年人社会支持与社会幸福感研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州大学, 2024.
- [35] 曹瑞, 李芳, 张海霞. 从主观幸福感到心理幸福感、社会幸福感——积极心理学研究的新视角[J]. 天津市教科院学报, 2013(5): 68-70.
- [36] Helliwell, J.F., Huang, H. and Wang, S. (2019) Changing World Happiness. *World Happiness Report*, **2019**, 11-46.
- [37] Tu, Y. and Yang, Z. (2015) Self-Control as Mediator and Moderator of the Relationship between Social Support and Subjective Well-Being among the Chinese Elderly. *Social Indicators Research*, **126**, 813-828. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0911-z>
- [38] Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R.R., Vohs, K.D. and Baumeister, R.F. (2013) Yes, but Are They Happy? Effects of Trait Self-Control on Affective Well-Being and Life Satisfaction. *Journal of Personality*, **82**, 265-277. <https://doi.org/10.1111/jopy.12050>
- [39] Wrosch, C. (2010) Self-Regulation of Unattainable Goals 16 and Pathways to Quality of Life. In: Folkman, S., Ed., *The Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*, Oxford University Press, 319-321.
- [40] Wang, Y. and Chen, T. (2023) Perceived Control, Control Strategies, and Subjective Well-Being in the Elderly: A Longitudinal Study of Health Behavior. *American Journal of Health Behavior*, **47**, 549-557. <https://doi.org/10.5993/ajhb.47.3.12>
- [41] 孙晓桐, 郎颖. 我国老年人社会支持状况的 Meta 分析[J]. 中国老年保健医学, 2021, 19(6): 34-39.
- [42] 冯漫. 武陵山区老年人社会支持、认知功能与日常生活活动能力的现状及相关性研究[D]: [硕士学位论文]. 吉首: 吉首大学, 2024.
- [43] 郝然, 王婷仙, 彭瑾, 等. 疫情防控期间老年人社会支持与生命质量的关系: 社会支持行为的调节作用[J]. 现代预防医学, 2024, 51(4): 680-685+721.
- [44] Xin, Z., Guo, Y., Zheng, J. and Xie, P. (2025) When Giving Social Support Is Beneficial for Well-Being? *Acta Psychologica*, **255**, Article ID: 104911. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.104911>
- [45] Zhan, Y., Zhan, X. and Wu, M. (2025) From Financial Assistance to Emotional Care: The Impact of Intergenerational Support on the Subjective Well-Being of China's Elderly. *Journal of Happiness Studies*, **26**, 1-28. <https://doi.org/10.1007/s10902-025-00861-z>
- [46] Jahangir, S., Patil, D.S., Gangopadhyay, J. and Vogt, T.C. (2025) Understanding Intergenerational Dynamics and Social Support's Impact on Health and Well-Being of Older Adults in South Asia: A Scoping Review. *Systematic Reviews*, **14**, Article No. 86. <https://doi.org/10.1186/s13643-025-02833-z>
- [47] Tham, Y.J., Okamoto, S. and Kobayashi, E. (2024) The Importance of Examining Both the Amount and Balance of Social Support: A Study on the Relationship between Social Support and Subjective Well-Being of Older Japanese Adults. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, **34**, e2783. <https://doi.org/10.1002/casp.2783>
- [48] Hayat, K., Maqsood, N.B., Chaudhary, A., et al. (2025) Role of Social Support Networks in Maintaining Mental Health & Well-Being in Older Age: A Qualitative Review. *Social Science Review Archives*, **3**, 254-259. <https://doi.org/10.70670/sra.v3i1.305>
- [49] 何安明, 张钰睿, 惠秋平. 大学生感恩与社会幸福感的关系: 手机冷落行为的中介作用和负性生活事件的调节作用[J]. 心理发展与教育, 2023, 39(4): 505-512.
- [50] 杨晓娟, 刘建平, 来松海, 等. 特质自我控制及其策略对主观幸福感的影响[J]. 心理学探新, 2021, 41(2): 155-160.
- [51] 范文馨. 社会支持对老年人智能手机使用的影响及其作用机制[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 西南大学, 2024.
- [52] Chen, Y. and Feeley, T.H. (2013) Social Support, Social Strain, Loneliness, and Well-Being among Older Adults. *Journal of Social and Personal Relationships*, **31**, 141-161. <https://doi.org/10.1177/0265407513488728>