



**领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感的影响**  
**The Influence of Understanding Social Support on**  
**Subjective Well-Being of Physical Education Teachers in**  
**Higher Vocational Colleges in Shaanxi Province**

**Mr. Bowen DONG (董博文)**

**教育学硕士（教育管理）专题研究报告**

**泰国博仁大学中国-东盟国际学院**

**A Thematic Paper Submitted in Partial Fulfillment of**  
**the Requirements for the Degree of**  
**Master of Education (Education Management)**  
**Graduate School, China-ASEAN International College**  
**Dhurakij Pundit University**

**二零二零**

**2020**



**Certificate of Independent Study (IS) Approval to Master's Student**  
**China-ASEAN International College, Dhurakij Pundit University**  
Master of Education

研究报告题目: 领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感的影响  
Title of Thematic: The Influence of Understanding Social Support on Subjective Well-Being of Physical Education Teachers in Higher Vocational Colleges in Shaanxi Province  
Researcher|研究者: Mr. Bowen Dong  
Program | 课程: Master of Education (Education Management)  
Principal Supervisor: Asst. Prof. Dr. Peng-Fei CHEN  
Co-supervisor:

The Committee, the below signed, hereby state our full approval of the Thematic Paper submitted by the above student (researcher) in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education in the China-ASEAN International College.

<u>Jian-Hao HUANG</u> Dr. Jian-Hao HUANG	Committee President 评审委员会主席
<u>Peng Fei Chen</u> Asst. Prof. Dr. Peng-Fei CHEN	Committee Examiner / Principal Supervisor 委员会考官 / 首席导师
<u>Hsuan-Po WANG</u> Dr. Hsuan-Po Wang	Committee Examiner 委员会考官
_____	Committee Examiner / Co-supervisor 委员会考官 / 副导师

This is to certify the said Thematic Paper was approved by the China-ASEAN International College (CAIC).

Chun-Shue Chen  
Asst. Prof. Dr. Chun-Shue CHEN

Dean of China-ASEAN International College  
中国—东盟国际学院院长

Date | 日期: 27 May. 2021.

### Form of Declaration of Independent Academic Work

I (Mr. / Ms. / Miss) Bowen Surname DONG  
Student ID no. 629570020025 Program M.Ed. Major Education Management  
undertake that  ~~Dissertation~~/Thesis  ~~Term Paper~~ / Thematic Paper /  ~~Independent Study~~  
this

titled The Influence of Understanding Social Support on Well Being of Higher Vocational PE Teachers in Shaanxi Province

hereby, presented for examination is my own work and has not been written for me, in whole or in part, by any other person(s). I also undertake that any quotation or paraphrase from the published or unpublished work of another person has been duly acknowledged and referenced in this research work.

I undertake to accept punishment in consequence of any breach of this declaration in accordance with the University regulation. Dhurakij Pundit University does not hold any obligation to take legal action on my behalf in the event of a breach of intellectual property rights, or any other right, in the material included in this research work.

Student's signature: Bowen DONG

Name(Please print):→ ( Bowen DONG )

Date: 2015 / 1 / 2021

研究报告题目： 领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感的影响  
作者： 董博文  
主指导教师： 陈鹏妃博士  
副指导教师： -----  
学系： 教育学硕士（教育管理）  
学年： 二零二零

## 摘要

本研究旨在探讨领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感的影响。研究采用问卷调查法，以便利抽样的方式针对陕西省 5 所职业技术学院之体育教师进行发放 400 份问卷，得到有效问卷 308 份，数据研究结果表明，不同性别的高职体育教师在领悟社会支持整体维度、主观幸福感整体维度上不存在显著差异；不同婚姻状况的高职体育教师在领悟社会支持的家人维度存在显著差异；领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感具有正向预测作用。

**关键词：**领悟社会支持；主观幸福感；高职；体育教师

Thematic Paper Title: The Influence of Perceived Social Support on Well Being of Physical Education Teachers in Higher Vocational Colleges in Shaanxi Province  
Author: Bowen DONG  
Principal Advisor: Asst. Prof. Dr. Peng-Fei Chen  
Co-advisor: ----  
Department: Master of Education (Education Management)  
Academic Year: 2020

## Abstract

This study aimed to explore the impact of perceived social support on the subjective well-being of physical education teachers in higher vocational colleges in Shaanxi Province. The research adopted a questionnaire survey method and distributed 400 questionnaires to physical education teachers from 5 vocational and technical colleges in Shaanxi Province through convenient sampling. In total, 308 valid questionnaires were obtained. The results show that there are no significant difference between genders in terms of perceived social support s and subjective well-being . There were significant effect on marital status to perceived social support. And perceived social support can positive predict subjective well-being.

**Keywords:** Perceived Social Support; Subjective Well-being; Higher Vocational College; Physical Education Teacher

## 致谢

时光如同白驹过隙，一眨眼我已经在博仁大学度过了两年的时间，时间过得很快，我们脚步却很慢，转眼间到了毕业季，意味着我将要离开泰国，离开博仁大学回望过往，在为期2年学习过程中，时而遇阻、时而通达、时而紧张、时而开心，充分体会到了求学路上的五味杂陈与知识的魅力，在为论文的顺利完成和即将完成的学业而感慨万千。一路走来，充满艰辛。庆幸在每个混沌与盲目之时得到老师与同学们的帮助和鼓励，才让我拥有无畏向前的勇气和信心。

首先，要特别向我的导师陈鹏妃教授表达我的谢意，陈老师在生活和学习中都给予了我很大的帮助，感谢您对我人生选择的理解与尊重。在最后论文写作期间，每一步都是在老师的指导下完成的，感谢陈老师为我们倾注了大量的宝贵时间和心血，给予我们悉心的指导和鼓励。

其次，要感谢我的父母，你们的支持是我前进的不竭动力和坚强后盾，是你们让我在遇到困难和挫折时候能够一致勇往直前，也是你们让我学会更好的热爱和享受生活。人生之幸事是父母健在和三两好友，拥有你们是最宝贵的财富。因为有你们，学习之外的生活更加精彩。

再次向每一位用心指导并指引我前进的诸位老师表示最真挚的感谢！感谢每一位同学和每一个帮助过我的人。

董博文  
CAIC  
Dhurakij Pundit University  
2021年3月10日

## 目录

Certificate of Independent Study (IS) Approval to Master's Student.....	i
China-ASEAN International College, Dhurakij Pundit University.....	i
Form of Declaration of Independent Academic Work.....	ii
致谢.....	iii
摘要.....	iv
Abstract.....	v
目录.....	vi
表目录.....	vii
图目录.....	viii
第 1 章 绪论.....	1
1.1 研究背景与动机.....	1
1.2 研究目的与问题.....	3
1.3 研究意义.....	3
1.4 研究创新.....	4
1.5 研究流程.....	5
第 2 章 文献综述.....	6
2.1 领悟社会支持综述.....	6
2.2 主观幸福感综述.....	10
2.3 领悟社会支持与主观幸福感关系.....	14
第 3 章 研究方法与设计.....	16
3.1 研究框架与假设.....	16
3.2 研究对象与样本.....	17
3.3 问卷法.....	17
3.3 研究工具.....	18
3.4 资料分析方法.....	18
3.5 预试问卷分析.....	21
第 4 章 研究结果.....	26
4.1 正式问卷检验.....	26
4.2 描述分析.....	30
4.3 差异分析.....	31
4.4 相关分析.....	33
4.5 回归分析.....	33
4.6 研究结果假设整理.....	34
第 5 章 结论与建议.....	35
5.1 结论.....	35
5.2 建议.....	36
5.3 研究局限.....	36
参考文献.....	37
附录一：正式问卷.....	43

## 表目录

表 3.2 情绪体验量表项目分析表.....	22
表 3.3 情绪体验量表探索性因素分析与信度分析摘要表.....	22
表 3.4 生活满意度量表项目分析表.....	23
表 3.5 生活满意度量表探索性因素分析与信度分析摘要表.....	23
表 3.6 领悟社会支持量表项目分析表.....	24
表 3.7 领悟社会支持量表探索性因素分析与信度分析摘要表.....	25
表 4.1 主观幸福感模型适配度指标分析摘要表.....	26
表 4.2 主观幸福感验证性因素分析摘要表.....	27
表 4.3 主观幸福感区别效度摘要表.....	27
表 4.4 领悟社会支持模型适配度指标分析摘要表.....	28
表 4.5 领悟社会支持验证性因素分析摘要表.....	28
表 4.6 领悟社会支持区别效度摘要表.....	29
表 4.7 正式样本人口变量统计表.....	29
表 4.8 主观幸福感现况分析摘要表 (n=308) .....	30
表 4.9 领悟社会支持现况分析摘要表 (n=308).....	30
表 4.10 不同性别在主观幸福感上的差异分析表 (n=308).....	31
表 4.11 不同婚姻在主观幸福感上的差异分析表 (n=308) .....	31
表 4.12 不同性别在领悟社会支持上的差异分析表 (n=308).....	32
表 4.13 不同婚姻在领悟社会支持上的差异分析表 (n=308).....	32
表 4.14 相关性分析表.....	32
表 4.15 领悟社会支持对主观幸福感之回归分析表 (n=308) .....	33
表 4.16 相关性分析表.....	33



## 图目录

图 1.1 研究流程图.....	5
图 3.1 研究框架图.....	15

## 第 1 章 绪论

此章分为五个部分，依次为研究背景和动机，研究目的和问题，研究的重要性，研究创新和研究过程。详细信息如下：

### 1.1 研究背景与动机

关于幸福其议论，是人的永恒话题。随着过去几年中国的发展迅速，人们不光关注着物质生活也关注着精神生活（徐涛等人，2019）。中国也开始越来越关注民众的心理健康问题，幸福感作为积极心理学的一个重要指标，逐渐受到诸多学者的关注（程秀兰、高游，2019）。众所周知，学校不仅肩负着为祖国培养有用人才之使命，同时也承载着为社会培养人类具有幸福感之义务（姜淑梅等人，2016）。

主观幸福感是指根据既定标准对个人的整体生活质量进行评估，这是对个人生活质量的一种衡量标准，（郭瞻、肖祖铭，2019）。自上世纪 60 年代始，心理学家开始以科学方法研究个体的主观幸福感（严标宾等人，2004）。幸福感被定义为个体本身依据其主观标准对自己生活的质量之整体感受和判断，具有主观性、稳定性和整体性等特性（Diene *et al.*, 1999）。教师是否感到幸福，对于其心理健康、工作效率、教育质量及学生人格的形成均有重要影响（杨宏飞，2002），因此研究教师的主观幸福感显得尤为重要。

陕西是丝绸之路经济带新起点，丰富的高校教育资源，随着教师教育研究的深化，对教师的关注已提升到全面、完整的层面，其中教师职业幸福感逐渐成为研究的热点，但目前中国对西北地区体育教师尤其是陕西省的高职体育教师职业幸福感的关注较少（宋佳萌、范会勇，2013），随着近几年中国竞技体育在国际上取得的巨大成绩，大众体育建设也取得快速发展，体育的国内外地位取得巨大提高，体育相关产业发展速度显著。高职体育教师作为培养中国优秀体育科研人才的重要师资力量因此备受关注。体育教师的心理特点决定着培养对象心理状况的不同。中国目前对高校体育教师的研究虽涉及广泛，但是对于高职体育教师自身心理发展特点的研究却不够全面（王相英，2008）。体育教师作为学科特点比较突出的教师群体，其幸福感的提升，不仅关系到体育教师自身的健康和专

业发展，而且影响到中国高职青年的身心健康和幸福感。体育教育乃是学校中教育重要的一部分，也是重要的指导，可以保证学生的身体健康，促进身心协调发展。

获得良好社会支持的个体其主观幸福感、生活满意度、积极情感都比较高，而消极情感较低。例如，研究者 Weiss（1974）通过研究后指出，在得到各种社会支持的时候，个体才能体会到比较良好的幸福体验。Antonucci and Akiyama（1987）的研究也同样指出，主观幸福感受领悟社会支持的影响，领悟社支持是一个重要外在因素。

此外，王黎华与明廷华（2008）采用以领悟社会支持量表、幸福感量表和应对方式问卷，选取了教师 152 名作为被试进行问卷调查。研究结果表明，社会支持各维度、主观幸福感以及积极应对方式之间的存在显著相关。严标兵（2003）则在研究大学生主观幸福感受社会支持之影响研究中也发现，社会支持各维度和主观幸福的各维度是存在相关，并且是极其显著。通过研究分析，社会支持的不同维度对幸福感的不同产生重大影响。在预测个人幸福时，不同的社会支持指标具有不同的预测能力。可以理解，社会支持对于教师个体的幸福感存在一定程度的影响。

另外，曾荣侠（2009）采用综合幸福感问卷和社会支持评定量表，选取河南省 650 名教师作为被试检查并显示结果，高中教师的个人幸福与社会支持之间存在显著相关性。社会支持的不同类型导致对个人幸福指数的预测不同。叶映华与杨仙萍（2010）利用幸福绩效指数，幸福指数，生活满意度和中小学教师社会支持量表，选择了 168 名城市教师作为研究对象，表明教师的幸福行为可以作为主观的良好预测指标。教师的幸福行为是直接领导支持与教师幸福感之间关系的核心变量。

上述研究证实，领悟社会支持对幸福感有重大影响。但领悟社会支持如何影响主观幸福感却存在着不一致的看法。倪林英等人（2006）对 328 名小学教师的调查发现总体幸福感受领悟主观支持呈显著正相关。吴莉莉与冯冬燕（2009）对下岗人员的调查发现主观幸福感受领悟社会支持各维度的影响，并显著。而贾绪计与王胜男（2009）对大学生的研究发现主观幸福感受领悟社会支持各维度的影响。张羽与邢占军（2007）的研究指出主观幸福感受领悟社会支持的重要作用。

李放等人(2017)对中职生的研究发现主观幸福感受领悟社会支持各维度的影响。刘志侃与程利娜(2019)对1690名大学生的研究发现主观幸福感受领悟社会支持各维度的显著影响。王翠竹(2019)对本科实习护士的研究中发现主观幸福感各维度、领悟社会支持与职业认同有显著关系。冯克曼(2018)对大学生的研究中发现领悟社会支持、情绪表达冲突,灾难化和主观幸福感各维度有显著影响。

综上所述,前人的研究已显示教师的主观幸福,感受到领悟社会支持及影响,本文研究群体为高职体育教师,探究其领悟社会支持,是否对主观幸福感有所不足,因此,本文冀探究陕西省领悟社会支持对高职体育教师群体主观幸福感之间的关系与影响。

## 1.2 研究问题与目的

以上研究其背景,本研究其目的如下述。

- A. 探究陕西省高职体育教师领悟社会支持,主观幸福感现况。
- B. 探究陕西省高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感现况的差异情形。
- C. 探究陕西省高职体育教师主观幸福感受领悟社会支持的影响。

根据上述之目的,本研究问题提出如下。

- A. 陕西省对高职体育教师领悟社会支持,主观幸福感现况如何?
- B. 陕西省高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感现况差异情形如何?
- C. 陕西省高职体育教师主观幸福感受领悟社会支持的影响为何?

## 1.3 研究意义

### 1.3.1 理论意义

由于心理学的兴起,主观幸福感关系的研究引起研究者的普遍关注。同样在教师中的研究已有不少,如吴昊蔚(2019)的《中学教师主观幸福感、工作压力与领悟社会支持的关系研究》,推论从主观幸福感与领悟社会支持的关系了解中学教师的工作压力。朱明(2017)的《教师主观幸福感研究概况分析》,主要研究教师幸福感的影响因素及原因。殷海华(2017)的《高职教师职业倦怠与主观幸福感外部影响因素分析》,主要研究高职教师主观幸福感在职业倦怠下的影响因素。这些研究中都发现了大量的成果,但是对于高职教师尤其是高职体育教师的研究少之又少。本研究运用 Maslow (1968) 的需求层次理论作为领悟社会支持的主要理论与 Wood (1996) 的社会比较理论基于主观幸福感探究陕西省领

悟社会支持对高职体育教师群体的关系与影响,期以提供学术研究于关领域之参考。

### 1.3.2 实践意义

幸福教育已经得到了教育界的肯定和支持,并且在课堂上开始实施(孟建伟,2010)。教师幸福是学生幸福的保障和基础。通过对高职体育教师主观幸福感的研究来帮助高职体育教师提高自身幸福感,使他们把自身的幸福感延续到学生身上,提高学生幸福感,从而实现幸福教育(方阳春,2013)。

在中国,教师是一个特殊的职业。主要表现在:一是工作性质的特殊。教师不仅是知识的代表,还是人格的象征。二是工作对象的特殊性。高职体育教师的对象是青少年。教师不仅要教给知识,还要教育做人。三是工作的途径方式特殊,教师不仅要言传,还要身教,以身作则教育学生(占勇,2011)。由于体育教师面临的压力与其他人不同,因此以往的研究结果不能在体育教师身上套用。因此,从高职体育教师实际情况出发,对高职这一特殊群体进行调查,了解他们的幸福感。

通过对高职体育教师领悟社会支持和主观幸福感所包含领域加以深入,从而认识到领悟社会支持对个体主观幸福有重大关系,并且根据社会支持的各个维度对不同个体的主观幸福有不同影响,提出有效可行的方法策略来提高高职体育教师的主观幸福感。提高高职体育教师生命质量,生活质量。

## 1.4 研究创新

通过梳理与分析,笔者发现:目前对主观幸福感与领悟社会支持的研究存在以下特点:关于主观幸福感与领悟社会支持关系的探究主要为老年人、城市居民、大中学生为对象,对教师的研究需再进一步探究,尤其是高职体育教师(王木生等人,2010)。关于教师主观幸福感和领悟社会支持分别进行的研究较多,但是基于高职体育教师二者关系的研究,中国目前还需待深入探究(童锦、纵艳芳,2019)。研究方法较为单一,大部分关于教师主观幸福感,领悟社会支持关系的研究都采用结构式问卷,只采用问卷会使搜集到的资料停留在表面,不利于对问题进行深层次的分析(王月琴、张宇,2015)。

因此,本研究通过问卷的方法深入探讨主观幸福感及领悟社会支持的关系,以引起高职体育教师清楚地认识到领悟社会支持对主观幸福感的重要影响,同时

也为高职、教育行政部门提高高职体育教师主观幸福感、促进其心理健康提供一些借鉴和启示。

### 1.5 研究流程

本研究基于上述研究基础和研究目标，制定了相关的研究计划，提取并整理了各个变量和维度的相关文献，对它们进行了分析，成为了此研究的理论基础和研究工具，对研究进行了探索。并提出研究框架和研究假设，向陕西省高职高专院校代表发放了预测试问卷和正式问卷，收集了无效问卷后将其删除，进行了数据统计和分析，将实证结果与陕西省高职院校的代表进行了比较。最终得出建议，流程图如下：

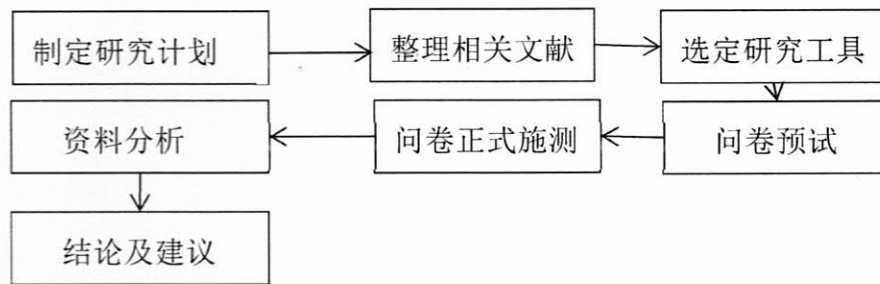


图 1.1 研究流程图  
资料来源：本研究整理

## 第 2 章 文献综述

此章节对各变量收集整理相关文献加以深入探讨，共分为三个小节，第一节为领悟社会支持的相关研究，第二节为主观幸福感综述，第三节为主观幸福感、领悟社会支持之间关系的研究，分述如下：

### 2.1 领悟社会支持综述

#### 2.1.1 领悟社会支持概念界定

社会的支持现在被广泛认为是一种体验或者事实，即个体正在被爱护、照顾、尊重和珍视。这些支持的来源可以是情感上的（比如父母的养育），物质上的（比如经济援助），信息上的（比如建议），陪伴（比如归属感）或者无形的（比如独家消息）等方面。社会支持可以降低孤独感，对个体生活有十分积极的作用，使人们对自身生活状态更加满意。而这些支持又可以从另一个层面分成可被感知的支持，和实际存在的支持。研究者们倾向于认为那部分被感知的支持在影响人的心理的层面上有着更加重要的意义。因为被感知的支持无论是否实际存在，都是心理层面的事实，即可以实际影响个体的幸福感等方面 (Thoits, 1983)。这种反应心理事实的支持就是就是本研究中涉及到的变量之一领悟社会支持。

领悟社会支持从本质来讲，是一种心理层面的事实，它包含着人们对自身所获得的社会支持的感知，代表了个体对自己所拥有的社会支持的期待和理解能力 (Dunkel-Schetter & Bennett, 1990)，它并不等同于实际社会支持 (Norris & Kaniasty, 1996)。领悟社会支持能力强的人，在解释他人行为的时候往往倾向于从积极的角度考虑，从而产生正向的积极情感，并能充分利用，转换成生活的动力；而相反，领悟社会能力弱的个体，在解释他人行为的时候往往倾向于从消极的角度考虑，对很多社会支持并不能有效感受，不仅无法加以利用，甚至还有可能出现将相同的他人行为解释为消极的理解偏差，产生不利于心理健康的情绪体验，生活满意度也会随之降低（李占宏等人，2018）。

结合以上观点，本研究将领悟社会支持定义为，领悟社会支持是作为更加有效的社会支持部分影响个体心理的。两者虽然字面开起来是客观与主观的关系，但是相关研究表明，两种社会支持的实际相关程度并不是很高，也就是说，

两者虽然均为社会支持结构中的一部分，但究其本质，他们是两种完全不同的心理结构，在作用机制和影响心理健康的层面上均有着显著地不同，不是简单叠加的关系（叶俊杰，2006）。

### 2.1.2 领悟社会支持的理论

有关领悟社会支持相关理论探究如下述。

#### A. 需求层次理论

Maslow (1968) 提出了五个层次的需求：生理、安全、社会需求、尊重、需求和自我意识。生理需求(Physiological Needs)也被称为最低和最低级的需求：睡眠、食物、水、空气、安全需求 (Safety Needs) 也较低。社会需求 (Love and Belonging Needs) 属于高要求。如需要友谊，爱情和关系纽带。尊重的需求 (Esteem Needs)，满足诸如成功，成名，地位和晋升机会等高要求。不仅是个人成就感和自我价值感，更来自于他人的接受和尊重。自我的实现其需求 (Need for Self-Actualization)，是最高需求，包括最高程度的真实，善良和美丽的需求，因此可以满足前四个需求，并且可以单独创建最高需求，例如自我实现，充分发挥潜力等。社会支持为个人及他人之间的互动，以寻求情感帮助，或者是他人满足个人需求的工具（如生理、安全、隶属、于爱、自尊等）(Thoits, 1982)。

#### B. 社会交换理论

此理论是由 Homans (1961)提出，研究指出人际间的互动行为过程中，互动的双方彼此会参与交换有价值的资源。此外，Blau (1964)年提出，社会交换的过程是一种互惠的结果，强调的是内在报酬，人们会想要与提供心理报酬的特定人上，建立维系长久的关系，而社会支持即属种报酬，透过此种互惠关系，能够非常紧密地联系人与人之间的关系，交换彼此所拥有的资源，协助个人需求满足。

本研究根据研究目的采用 Maslow (1968) 提出的需求层次理论，以检视领悟领悟社会支持。

### 2.1.2 领悟社会支持的影响因素

目前的研究者在研究影响领悟社会支持的主观因素时主要涉及人格特质、控制源、自尊等方面 (Pierce *et al.*, 1997)。在人格特质方面，如神经质均可以显著预测主观幸福感，而领悟社会支持不仅直接产生影响，还可以在外向性人格与幸福感中发挥调节作用（尤瑾、郭永玉，2007）。全宏艳等人（2008）在对大学生



被试进行考察后，同样发现了神经质和内外向与领悟社会支持的相关关系，并提出了其人格特质也是促进心理健康水平发展的因素。很多研究提出，控制源也是影响领悟社会支持的因素。社会支持会使得个体获得积极地情绪体验，并且增加对事物的把握度，表现出积极的心理特质（李伟、淘沙，2003）。

另一方面，着眼于情境与领悟社会支持关系的国内外研究相对较少 (Gracia & Herrero, 2006)。在对大学生进行研究时发现，情景因素与领悟社会支持有关，而这种情境因素主要是指大学生的生活事件带来的生活变化。压力性生活事件会带给大学生无力感，消耗大量能量去解决危机，对于心理承受能力较弱的个人体来讲，压力性生活事件带来的伤害不会因为问题解决而停止，而是进一步发酵，对心理状态产生长期的无法逆转的损伤（叶俊杰，2006）。

近几年，中国学者开始将研究视线放在教师群体身上，有研究发现，领悟社会支持与教师心理健康和心理健康指标都有着密切的关系。例如，赖运成与林文倩（2018）在留守儿童群体中探究领悟社会支持和主观幸福感的关系，结果显示，两者存在显著地正相关，前者可显著预测后者。

### 2.1.3 领悟社会支持的测量

依据领悟社会支持理论，相关测量工具如下述。

#### A. 社会支持评定量表

对于领悟社会支持性质之测量工具主要是社会支持评定量表 Social Science Research Solutions (SSRS)。此量表是中国学者肖水源（1994）在参考国际有关资料的基础上设计的，此量表包含十条：主观支持 4 条、客观支持 3 条和对社会支持的利用度 3 条。该量表是以身心理健康与社会支持两者的关系理论作为指引，以被测者的社会支持为基础，从而可以预测精神疾病的社会环境原因。该评测适用于测量 14 岁以上所有类型的人（尤其是大众）的健康状况。该测试是对 128 名学生进行的，总分为 34.56-3.73，两个月的重测一致性  $R = 0.92$  ( $p < 0.1$ )，每个项目的一致性在 0.89-0.94 之间。

#### B. 领悟社会支持量表

Zimet *et al.* (1988)编制的领悟社会支持量表 Perceived Social Support Scale (PSSS)。它主要强调个人的主观意识与个人认知。它包括三个维度：来自亲人、朋友及他人支持，从而考察个体感知到来自各种支持的程度大小 PSSS 共 12 个

条目,采用从1分(强烈反对)到7分(强烈满意)的评分标准,该量表多次被应用于各领域的心理研究工作,成效显著(汪向东,1999)。国际学者姜乾金(2001)编制的修订版 PSSS,结果显示该量表比 Zimet(1988)的版本更适合中国人的特质,量表的 Cronbach's  $\alpha$ 系数为 0.88,重测信度为 0.85。

综上所述,对于高职体育教师领悟社会支持而言姜乾金(1987)编制的领悟社会支持量表 PSSS 更适合应用教师的研究(陈雪峰、时勘,2008;杨强、叶宝娟,2014),本研究采用此测量工具探讨陕西省高职体育教师的领悟社会支持。

#### 2.1.4 领悟社会支持相关研究

关于领悟社支持的研究很多,研究者根据研究情况进行相关人口学变量探讨,了解研究对象特征在领悟社支持上的差异情况,在进一步的研究中加以控制,以减少研究中的外部干扰,领悟社支持在相关人口学变量研究中的差异情形如下:

冯娜娜与徐俊霞(2010)对在职高中教师的问卷调查显示:这一群体的主观幸福感和领悟社会支持在性别和学校类型上存在显著差异,其中女性高于男性,非重点高中教师高于重点高中教师。此外,谭锦秀与王博(2018)研究对103名高职院校教师领悟社会支持展开调查研究,调查发现:高职院校教师的领悟社会支持在性别存在显著差异。张妍(2017)研究通过对中学教师的调查发现已婚教师领悟社会支持高于未婚的教师。综上所述,不同的性别、婚姻在领悟社会支持上的差异情形不同。由此,本研究推出假设1:

H1: 不同性别,婚姻的陕西省高职体育教师领悟社会支持上有显著差异。

H1a: 不同性别的陕西省高职体育教师领悟社会支持上有显著差异。

H1b: 不同婚姻的陕西省高职体育教师领悟社会支持上有显著差异。

## 2.2 主观幸福感综述

### 2.2.1 主观幸福感

人们对幸福有各种不同的认识,概括起来可以分为以下三种:A. 外部标准所定义的幸福人们认为幸福取决于观察者的价值观和标准体系,而不是观察者的自我判断。B. 幸福是由内部情感体验的标准来定义的。将幸福认为是更多积极的情绪和更少消极的情绪,该标准侧重于情感体验的要素。C. 由个人的判断决定的幸福是标准。该标准认为幸福是根据既定标准于评估者生活的质量综合评价。

(沈黔, 2020)。

综上所述, 此研究以主观幸福感 (Subjective Well-Being) 定义为根据个人标准对个人的整体生活质量和情感体验进行评估。它包含认知与情感两个成分, 是度量生活质量的重要综合心理指标 (Chou, 2020)。主观幸福感的基本方面是: 主观, 它是由评估者设定的标准而不是其他或外部标准来评估的。稳定性, 在很大程度上衡量长期的情绪反应和生活满意度。完整性, 是一项综合评估, 其中包括正面情绪, 负面情绪和生活满意度。

### 2.2.2 教师主观幸福感的理论

有关教师主观幸福感相关理论探究如下述。

#### A. 目标理论

目标理论强调个体需要不断满足自身需要, 实现既定目标, 从而获得主观幸福感, 并将目标作为衡量主观幸福感的重要参照指标 (Tay & Diener, 2011)。不同的目标和对自身价值的追求会共同作用于主观幸福感, 使其水平出现很大差异 (吴明霞, 2000)。目标要与个体需要相一致, Brumstein *et al.* (1998)进一步指出如果两个因素不一致, 即使目标得实现个体的主观幸福感水平也难以提高。

同时, 该理论还强调个体背景的重要性, 称比较不同个体间的主观幸福感差异, 需要首先考察他们的文化背景。通过主观幸福感在不同文化背景下的研究托现, 不同文化下成长的个体, 对于目标的选择是十分不同的, 即个体的目标选择具有很强的地域文化差异 (丁新华、王极盛, 2004)。换言之, 在对主观幸福感影响因素的整合中, 必须要将文化背景这个变纳入考察范围, 以此来指导本土化研究。但另一方面, 仍有一些因素被确定是在不同文化背景下都会影响主观幸福感的。而这些因素往往是基本的需要, 只有他们得到满足, 个体才会进一步追求更高水平的需要。当目标一旦达成后, 个体自然就会将眼光放在更高的目标之上, 而完成的目标失去了对个体主观幸福感产生影响的作用 (吴明霞, 2000)。

#### B. 社会比较理论

也有研究者认为, 个体对自身的满足不足以衡量主观幸福感, 社会比较才是衡量主观幸福感的主要因素 (李仁豪、余民宁, 2016)。该理论的观点是, 个体对生活的满意程度, 取决于他自身的社会比较偏好。个体向上比较, 结果往往低于他人, 反之向下比较则会比他人高, 这样的比较会带来个体不同的体验。社会

比较理论在近些年随着研究的深入，也渐渐趋于复杂（邢淑芬、俞国良，2005）。Wood (1996) 就将这种社会比较概括成了三个主要过程：获取信息、考量社会信息和权衡社会比较并反映。

此外，研究中发现，人格会影响社会比较时选择的参照对象，个体过去的经验等也与参考群体的选择密切相关（刘玉新等人，2005）。研究者认为，个体感受到的社会比较差距来自于个体本身而不是实际的社会差距，所实际上，社会环境的变化对主观幸福感的影响其实比较小 (Diener *et al.*, 1998)。

### C. 期望值理论

期望值理论不强调社会因素，他们着眼个体内部，强调个体对自身生活的期望才是影响自身主观幸福感关键的因素（赵春曦，2019）。个体的期望值若与实际获得的成就差距越大，那么，无论社会比较多么良好，个体仍然会缺少满足感，主观幸福感水平自然就会越低，同时，期望值如果过低，个人会感觉厌烦，幸福感同样也不高（常晓红、李静，2011）。就是说，期望值的作用并不是直接的，它需要与实际成就相结合，通过二者的协调起作用。这种期待与实际的成就是否一致的因素才是预测主观幸福感最终的指标 (Diener & Fujita, 1995)。

但同时，不实际的期望会对个体的生活满意度产生消极的影响（Wilson, 1967）。但有时期望成就即便与实际成就差距很大，在接近这个目标的过程中，对于高期望值的个体来讲，他们仍会产生幸福感。

### D. 适应与应对理论

该理论将人的主观幸福感与其自身以往经验相比，强调时间和空间变化的纵向比较，该理论的观点是，比过去更加良好的生活可以让个体得到满足，更有效地增加主观幸福感。Helson (1964) 认为适应可以帮助个体调节自身的情绪和状态，维持个体状态的相对稳定，进而会对自己的生活产生相对稳定的满意度。适应在一定程度缓冲压力性生活事件的作用，使得其对主观满意度的影响变小（张艳红，2009）。从本质上讲，适应相对被动，而应对则是主动获得主观幸福感的手段，即积极地去寻找生活事件的对策，在生活中处于更加积极的位置（宋佳萌、范会勇，2013）。

综上所述，社会比较理论旨在个体对生活的满意程度，取决于他自身的社会比较偏好，个体向上比较，结果往往低于他人，反之向下比较则会比他人高，这

样的比较会带来个体不同的体验（邢淑芬、俞国良，2005）。因此，本研究以领悟社会支持对高职体育教师的影响为研究目的，所以社会比较理论为研究高职体育教师主观幸福感的重要理论。

### 2.2.3 主观幸福感测量量表

依据主观幸福感的相关理论，相关测量工具如下述。

#### A. 总体生活满意度量表

Diener and Emmons (1984) 的总体生活满意度量表 SWLS (Satisfaction With Life Scale)。它主要针对个体生活满意度的认知评价进行多项目的总体测量。SWLS 共 5 个条目，是按照 1 分（强烈反对）到 5 分（非常同意）的 5 级评分标准。生活满意度量表信度 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.78，模型的拟合指数为，CFI= 0.96，GFI= 0.97，RMSEA= 0.071。该量表较为成熟，受到了国内外专家学者的认可。

#### B. 情绪消极情绪量表

Watson *et al.* (1988) 的情绪消极情绪量表 PANAS (Positive Affect and Negative Affect Schedule)。根据情感的二维结构理论对问题进行了评估，共有 20 个问题，积极情感和消极情感被各分为一半，从 1 分（很少）到 5 分（强烈）。邱林（2003）是二维结构理论以情感为基础，以 Watson (1988) 编制的消极情感积极情感量表 (PANAS) 在编辑了几个主要情绪模型中的正面和负面情绪列表后进行编辑，通过专家评估方法消除了非情绪指标，并通过检验这些情绪体验的一般性质。被分配了九种积极情绪和消极情绪构成最终量表。在积极情感分量表上，两次自评和同伴评价的内部一致性信度都达到了 0.85 以上，用固定方差法构建了积极情感和消极情感为两个不相关因子的结构方程模型。结果表明，数据与模型拟合良好：NNFI= 0.93，RMSEA = 0.06，CFI= 0.94。PANAS 具有良好的信度和效度。

#### C. 中国城市居民主观幸福感量表

邢占军(2003)的中国城市居民主观幸福感量表 SWBS-CC (Subjective Well-being Scale for Chinese Citizen)。它主要针对中国城市居民的主观幸福感进行调查。其中包括以下 10 个测量维度：社会信心体验、心理健康体验、自我接受体验、知足充裕体验、成长进步体验、目标价值体验、人际适应体验、身体健康体验、家庭氛围体验、心态平衡体验。SWBS-CC 共 54 道题，采用 6 级记分

的评分方法。中国城市居民主观幸福感量表的一致性系数为 0.848。说明此测验同质信度良好。结果表明，数据与模型拟合良好：NNFI=0.870, CFI= 0.910, RMSEA = 0.052，主要拟合指数均达到比较好的水平。具有良好的信效度。

综上所述，本研究将采用适合教师群体的 Diener and Emmons (1984) 编制的生活满意度量表和邱林(2008)修订的积极情感消极情感量表 PANAS 进行测量。本研究采用此测量工具探讨陕西省高职体育教师的领悟社会支持。

#### 2.2.4 主观幸福感的相关研究

有很多关于主观幸福感的研究，研究者根据研究情况进行相关人口学变量探讨，了解研究对象特征在主观幸福感上的差异情况，在进一步的研究中加以控制，以减少研究中的外部干扰，主观幸福感在相关人口学变量研究中的差异情形如下：

陈云英与孙绍邦（1994）研究表明，在诸如薪水，管理，领导才能，高等教育和身体状况等因素中，满意度较低。宫火良（2002）的研究则发现，高中教师对社会支持，工作集中度和待遇方面较低的满意度。同时，杨宏飞（2002）性别方面，在主观幸福感的使用上存在显著差异，女教师则更高。此外，杨婉秋（2003）在对中小学教师的幸福感研究中，发现教师组的生活满意度和幸福指数明显高于非教师。男教师的幸福感明显高于男性非老师。25 岁以上教师组的幸福感明显高于 25 岁以上非教师组的幸福感，已婚教师组的幸福感高于未婚教师组的幸福感。谢鞅（2006）研究结果表明，中学男女教师幸福感是相同的，并且没有显著差异。初中教师的个人幸福感总体上表现出“强弱弱”的趋势和教师的幸福感，核心科目高且教师的幸福感高，非核心科目高水平但是个人的幸福感没有显著差异。

综上所述，不同性别、婚姻在主观幸福感的差异情形不同。本研究的研究对象是陕西省高职体育教师，结合实际情况，将探讨不同人口统计变量在主观幸福感上是有无显著差异。由此，本研究推出假设 2：

H2：不同性别，婚姻的陕西省高职体育教师主观幸福感上存在显著差异。

H2a：不同性别的陕西省高职体育教师主观幸福感上存在显著差异。

H2b：不同婚姻的陕西省高职体育教师主观幸福感上存在显著差异。

### 2.3 领悟社支持与主观幸福感关系研究

幸福感作为当今较为流行的主题，众多的专家学者将幸福感与领悟社会支持联系在一起。针对不同的社会群体进行探讨二者之间的关系。大部分研究者一致认为主观幸福感与领悟社会支持成正相关，且显著，并能起到独特的预测作用。

Lafreniere *et al.* (2011) 等学者以运动员为被试进行两者关系调查得知，领悟社会支持是提升运动员幸福感的有效因素，此结果也受到了众多学者实验验证并得到普遍认可 (Lafreniere *et al.*, 2011)。也有研究表明领悟社会支持比实际的社会支持对主观幸福感的影响更强烈。Haber (2007) 等调查认为领悟社会支持比接受社会支持与心理健康间的联系更加紧密。尽管领悟到的支持并非客观事实，但可将他看作是个体的内心体验。这些真实的内也体验作为中介或调节变量能够改变个体的动机和行为 (Haber *et al.*, 2007)。领悟社会支持比实际支持更加有效的改善人们的身心健康，带来更多的积极情绪体验 (李占宏等人, 2018)。因此得出领悟社会支持比接受社会支持更可能有效预测主观幸福感。

此外，中国学者邢占军与张羽 (2007) 对全国 5 省的居民调查研究发现获得与感知社会支持水平高的居民表现出更多的生活满意度、正性情绪和较少的负性情绪。研究中将多种支持进行比较发现，情感支持能最明显提升居民的主观幸福感 (邢占军、张羽, 2007)。Chou and Chi (1999) 则对 475 名香港华人调查得知，被试对亲人、同伴的满意程度可有效地预测主观幸福感。满意度作为一种主观感受 (如人们的认知、判断、评价)，可当作感知到来自于亲人和同伴给予多少的帮助，因此可看出它们二者是紧密相关的。这与严标宾 (2011) 的论证结果一样，认为个体的领悟社会支持起到对主观幸福感具有直观的预测效应。宋佳萌 (2013) 在一项元分析中则发现，在改变或提升个体的满意度上，主观支持的贡献并不比客观支持的小，因而说明领悟社会支持可以有效的预测主观幸福感 (宋佳萌、范会勇, 2013)。可见领悟社会支持于主观幸福感是密切相关。

由此，可以推论研究假设 3:

H3: 陕西省高职体育教师领悟社会支持对主观幸福感有显著正向影响。

## 第3章 研究方法

此章分六个小节，第一节研究框架与假设，绘制框架图及表明本研究的研究假设；第二节是研究对象与样本，说明研究对象及样本情况；第三节为研究工具，说明各量表的来源及题项内容；第四节为资料分析方法，说明本研究资料采用的具体数据分析方法；第五节为预试问卷分析，初步检验预试问卷项目及信效度。分述如下：

### 3.1 研究框架与假设

#### 3.1.1 研究框架

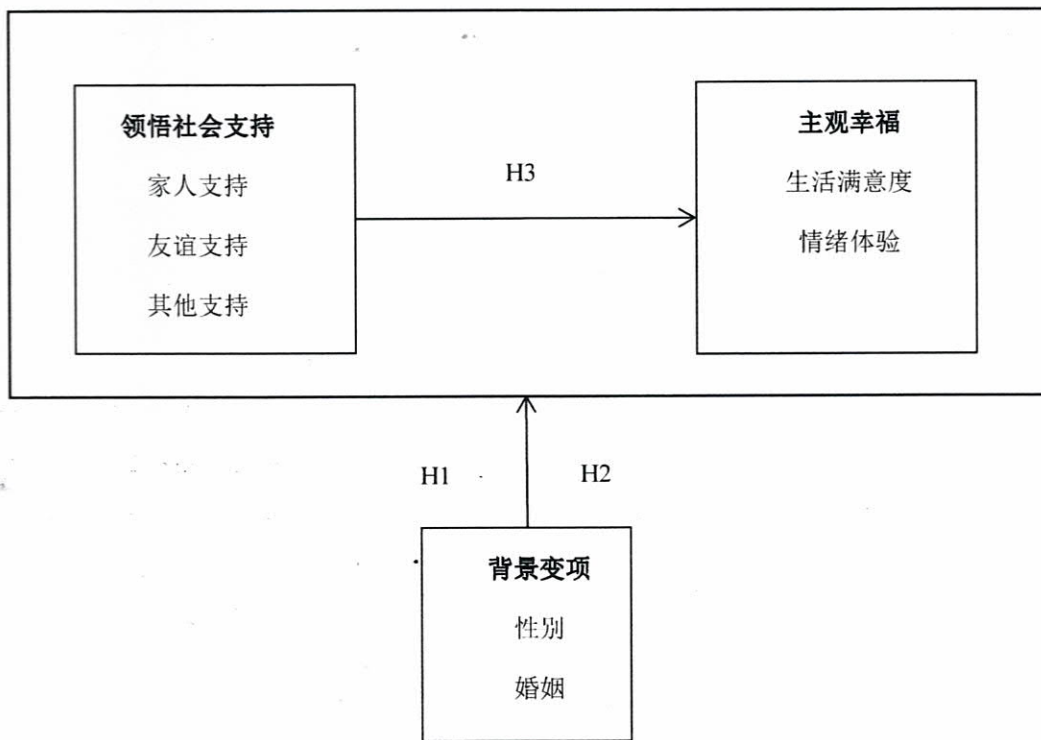


图 3.1 研究框架图

资料来源：本研究整理

#### 3.1.2 研究假设

根据此次研究目的、文献综述和研究框架，提出具体假设，如下：

H1:不同性别、婚姻的陕西省高职体育教师在领悟社会支持上有显著差异。

H1a: 不同性别的陕西省高职体育教师领悟社会支持上有显著差异。

H1b: 不同婚姻的陕西省高职体育教师领悟社会支持上有显著差异。



H2:不同性别、婚姻的陕西省高职体育教师在主观幸福感上有显著差异。

H2a: 不同性别的陕西省高职体育教师主观幸福感上有显著差异。

H2b: 不同婚姻的陕西省高职体育教师主观幸福感上有显著差异。

H3:高职体育教师领悟社会支持对主观幸福感有显著正向影响。

## 3.2 研究对象与样本

### 3.2.1 研究对象

本研究的研究对象为陕西省职业技术学院 A、B、C、D、E 职业技术学院体育教师。目前，A 学院现有教职工 676 人，专任教师 458 人，其中：正高职称 14 人、副高职称 114 人；硕士学位 130 人，“双师型”教师 188 人。职业技术学院拥有基础教学部体育部现有专兼职教师 60 人。（截至 2017 年 2 月）。B 学院拥有体育教职员工 50 人，其中专职教师 36 人，兼职教师 6 人，教辅人员 8 人。专兼职教师中，教授 1 人，副教授 23 人，讲师 12 人，助教 6 人。硕士学位 11 人，双师型教师 29 人，院级学科带头人 1 人、骨干教师 4 人，一级教练员 2 人，国家级裁判 3 人，国家一级裁判 11 人。（截至 2015 年 12 月）C 学院体育学院现有教师 63 人，其中教授 5 人，副教授 29 人，讲师 22 人，助教 7 人。D 学院体育学院现有教职员工 41 名，其中专任教师 38 名，教辅人员 5 名，教授 6 名，副教授 18 名，讲师 7 名，助教 6 名，其中具有博士学位 1 名，在读博士 4 名，硕士学位 20 名；国家裁判 1 人，国家级社会指导员 2 人，国家一级裁判 23 人。E 学院根据 2015 年 12 月学院官网显示，学院有专任教师 524 人，其中教授 20 人，副高级职称 189 人，院级教学名师 20 人，双师型教师 233 人。教师中博士 32 人，硕士 177 人。聘请客座教授 45 名，客座高级工程师 4 名、高级技师 5 名。认定“双师型”教师 123 名，院级优秀教学团队 9 个。现有体育教学部专兼职监制教师 72 人。其中本研究选取 308 位老师包括在职体育教师，国家级裁判及体育国家运动员皆为体育专业相关教师作为本研究的样本。

### 3.2.2 抽样方式

本研究使用便利抽样的方式参与相关问卷施测。预试问卷将采用网络问卷的方法，将问卷编辑成网页由各校体育教师在微信群中分享，使用手机填答，所答结果直接以电子版形式回收；Tinsley and Tinsley (1987) 建议，在分析因子时，个体数与样本前数的比率约为 1: 5 至 1:10。如果受试者总数大于 300，则该比率并不那么重要。本研究的预试问卷题数共 26 题，所以预试问卷发放预计 120 份，正式问卷预计发放 300 份。

### 3.3 问卷法

问卷调查法是一种研究方法，它结合了一组预先设计的问题，以书面形式询问受访者的意见，并通过对问题答案的回收，分类和分析来获得相关信息。问卷调查法是教育研究中广泛使用的实证研究方法，高信度和效度的调查问卷可以对选择教育研究方向及教育决策起到正确的导向作用（吴晓霞等人，2020）。本研究通过采用姜乾金（1987）编制的领悟社支持量表和 Diener and Emmons（1984）编制的生活满意度量表和邱林(2008)修订的积极情感消极情感量表（PANAS）对陕西省高职院校进行问卷调查，通过分析问卷结果揭示高职体育教师主观幸福感现状，社会支持的现状并且深入探讨两者之间的关系。

### 3.4 研究工具

#### A. 领悟社会支持量表

该量表是由姜乾金（1987）修订，被广泛应用的本土化量表。本量表结合国人特点，用家人、友谊和其他三个水平作为维度，来测定样本的领悟社会支持现状的。本量表采用自评的方法，共 12 项，五级评分，维度分和总分分别代表个体在维度和总体上的发展水平。量表朋友支持、家庭支持、其他支持和此量表的信度 Cronbach's  $\alpha$  系数依次为 0.705、0.744、0.613、0.830，具有很好的信效度。

#### B. 主观幸福感问卷

生活满意度量表和邱林(2008)修订的积极情感消极情感量表采用 Diener and Emmons (1984) 编制的 (PANAS) 进行测量。生活满意度量表包括 5 道题，如“到现在为止，我都能够得到我在生活上希望拥有的重要东西”，采用 Likert 5 级评分，从 1 为“非常不符合”到 5 为“非常符合”，得分越高，以此说明生活满意度越

良好。在本研究中该量表的  $\alpha$  系数为 0.73。PANAS 量表是由 18 个情绪描述词的组成，本研究选取前 9 个积极情绪词，如“活跃的”“兴奋的”，以 Likert 5 级计分，从 1 为“从不”到 5 为“总是”得分越高，说明获得的积极情绪越多。

### 3.5 资料分析方法

本研究用以问卷调查法来收集资料，回收问卷后，剔除无效问卷，再将问卷测试结果编码并录入统计软体进行分析，本研究将采用统计软件进行统计分析。涉及分析方法如下：

#### 3.5.1 项目分析、探索性因素分析、信度分析

A. 项目分析是对预试题项进行适配度的评估（邱皓政，2000）。本研究使用吴明隆（2011）的项目分析标准，将项目分析分为极端组比较、相关性检测、同质性检测 3 类，6 个指标，达到 3 个及以上指标的题项予以保留，未达到 3 个指标的题项予以删除。以此来分析生活满意度量表、领悟社会支持量表、积极情感消极情感量表中各题目的好坏效度、对题目进行筛选。

(a) 极端组比较。将预试问卷总分按高低分组排序，从最低分至 27% 为低分组，最高分至 72% 为高分组。用  $t$  检定比较高低分组的平均数，决断值越大并且达到显著水准说明题项鉴别度越高，决断值 3.0 以上为佳（陈慧玉，2011），题项予以保留，以此检定生活满意度量表、领悟社会支持量表、积极情感消极情感量表中各题项的鉴别度。

(b) 相关性检测。一是为每个题项与总分相关：吴明隆（2011）认为若各题项得分和总分之间的相关系数在 .400 以上，且达到统计显著水准，即表示该题项与总分之间具有相关性，题项予以保留，若低于 .400 则予以删除；另一方面为校正后题项与总分相关：即每一题项与分层面总分（不含该题项的分数）的 Pearson 积差相关系数，达 .400 以上予以保留，低于 .400 删除。以此来鉴别领悟社会支持量表、生活满意度量表、积极情感消极情感量表各量表的题项与其量表总分之间的相关程度进行筛选。

(c) 同质性检测。一是为删题后的 Cronbach's  $\alpha$  值：Cronbach's  $\alpha$  系数的验证量表项目内部一致性，评估量表的可靠性，针对信度较低的评量项目进行修改调整。题项删除后的 Cronbach's  $\alpha$  值是指删除该题项后的整体 Cronbach's  $\alpha$  系数，删除后的 Cronbach's  $\alpha$  值高于整体的 Cronbach's  $\alpha$  值予以删除；另一方面为共同

性与因素负荷量：利用因素分析抽取题项的共同因素，将多个变项依照其相关程度进行缩减，简化变项之间的复杂性，期望得到对原变项的最大可能解释量。共同性未达.200的题项，予以删除，因素负荷量低于.500的题项予以删除（吴明隆，2011）。以此来修订领悟社会支持量表、生活满意度量表、积极情感消极情感量表三个量表。

#### B. 探索性因素分析

探索性因素分析目的在于得到量表的建构效度。使用量表已有明确的因素构面，可以使用之前量表问卷的因素结构，限定抽取共同因素的数目（吴明隆，2011）。Kaiser (1974) 指出，KMO 值越大，表示变项间的共同因素越多，越适合进行因素分析，若 KMO 值小于.500，不适合进行因素分析。选择最大似然法进行因素萃取，以最大方差法进行转轴，因素负荷量低于.400的题项予以删除，未落入预期构面的题项予以删除，同时负荷在两个构面的题项予以删除，整理后再次进行因素分析。以此分析领悟社会支持量表、生活满意度量表、积极情感消极情感量表的建构效度。

#### C. 信度分析

信度分析是最同一或相似母体重复做测量所得的一致性程度，常用 Cronbach's  $\alpha$  或相似母体值来衡量在同一构面下各项目间的一致性。当 Cronbach's  $\alpha$  下各项目间值高于.700时，量表具有高信度；Cronbach's  $\alpha$ ：各项目间在.350至.700之间，为中等信度；Cronbach's  $\alpha$  低于.350是，量表不具备信度（邱皓政，2006）。用以上方法检验领悟社会支持量表、生活满意度量表、积极情感消极情感量表的信度。

#### 3.5.2 描述性统计

将样本，做百分比、次数分配、平均数与标准差。以了解高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感的现状。

#### 3.5.3 差异分析

通过独立样本  $t$  检定，是以假设检定来判断此类要素是否确实能解释资料的变动。以独立样本  $t$  检定不同性别上的差异；以 ANOVA 变异数分析不同年龄上的差异，如达显著水平，则进一步进行事后检定。当分析结果发现各群体之间有显著差异时，则通过 Scheffe 法或 T3 进行事后比较，用以分析各群组之差异情

形。以  $t$  检定来分析不同性别高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感各因素之差异情形；以 ANOVA 来分析不同婚姻的高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感各因素之差异情形。以 ANOVA 来分析不同收入的高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感各因素之差异情形。

#### 3.5.4 相关分析

Pearson 相关分析，以分析相关系数来探讨高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感两者者的之间的相关情形。

#### 3.5.5 回归分析

回归分析是在线性关系的基础上进一步来探讨变量间的解释与预测关系的数据统计分析方法。若变项与变项之间线性关系成立，则可对变量进行多元回归分析（李超平等人，2006）。

为确保研究数据分析有效性与可靠性。本研究采用验证性因素分析对正式问卷进行检验。验证性因素分析 (Confirmatory Factor Analysis, CFA) 是验证模型结构与实际收集数据契合程度及建构效度（吴明隆，2011）。本研究将从模型整体适配度、收敛效度和区别效度，判断正式问卷契合程度及建构效度。

A. CFA 验证时需要样本资料符合常态分配，量表显示偏态绝对值小于 3，峰度局对峙小于 10 (Kline, 1998)，可视为常态性数据。在进行适配度检验前，需确认无负的误差变异数，且达到显著水准 ( $p < .001$ )，参数间相关的绝对值不能接近 1，题项的因素负荷量都在 .5-.95 之间，标准误低于 .1，本研究中的验证性因素分析数值均符合以上前提。量表整体适配度指标通常包括：绝对适配指标：卡方自由度比小于 5，RMR、SRMR 小于或等于 .08，RMSEA 小于或等于 .10，AGFI 小于 .80；增项适配指标：NFI 大于或等于 .80，TLI、CFI、RFI、IFI 均大于或等于 .90；精简适配指标：PNFI、PCFI 均大于或等于 .50。视为模型适配度良好 (Hair *et al.*, 1998; Schumacker & Lomax, 2004)。

B. 收敛效度是测试一个变量发展处多个题项，最后是否会收敛至一个构面之中，需要满足一下标准，观察变量的标准化因素负荷量  $\lambda$  值  $>.5$ ，多元相关平方 (Squared Multiple Correlation)  $SMC >.3$ ；组合信度 CR 值  $>.6$ ；每个潜在变量的平均萃取量 (AVE) 大于  $.5$  时，表示潜在变项收敛效度理性，若 AVE 值在  $.36$  至  $.5$  之间可以接受 (Hair *et al.*, 1998)，具有良好的操作性定义 (Fornell & Larcker, 1981; Bagozzi & Yi, 1988)。

C. Fornell and Larcker (1981) 指出每个构面的 AVE 要大于构面相关系数的平方。则表示构面具有区别效度。

### 3.6 预试问卷分析

预试问卷共发放 150 份，删除无效问卷 10 份，其中有效问卷 140 份，有效率为 93.3%。

#### 3.6.1 情绪体验量表项目分析、探索性因素分析与信度分析

A. 项目分析。情绪体验量表分析结果显示，所有题项的决断值介于  $5.838$  至  $8.653$  之间，均达统计显著水准 ( $p < .001$ ) 且绝对值大于 3，符合标准；所有题项与总分相关介于  $.652$  至  $.804$  之间，达统计显著水准 ( $p < .01$ )，均大于  $.400$ ，符合标准；所有校正后题项与最高分相关介于  $.538$  至  $.735$  之间，达统计显著水准 ( $p < .01$ )，均大于  $.400$ ，符合标准 (邱皓政, 2013)；所有题项在题项删除后的  $\alpha$  值，均符合标准 (吴明隆, 2009)；所有题项的共同性均大于  $.2$ ，符合标准；所有题项的因素负荷量均高于  $.500$ ，符合标准。综合判断，情绪体验量表中的所有题项在进行项目分析后，均符合统计学标准，因此决定保留情绪体验量表所有题项，不做删除。如表 3.2 所示：

表3.2 情绪体验量表项目分析表

题项	极端组 比较 决断值	相关性 检测		同质性 检测	未达 标准 指标 数	备注		
		题项与总 分相关	校正题项与 总分相关	题项删除 后的 $\alpha$ 值	共同性 因素负 荷量			
标准	3.0	.4	.4	<.922	.2	.5		
QX1	6.586***	.751***	.669**	.871	.570	.755	0	保留
QX2	8.325***	.804***	.735**	.865	.654	.809	0	保留
QX3	7.163***	.738***	.655**	.872	.552	.743	0	保留
QX4	8.653***	.762***	.686**	.870	.598	.773	0	保留
QX5	6.121***	.661***	.573**	.879	.445	.667	0	保留
QX6	5.838***	.705***	.608**	.876	.483	.695	0	保留
QX7	6.945***	.778***	.714**	.868	.620	.787	0	保留
QX8	7.905***	.675***	.578**	.879	.444	.666	0	保留
QX9	7.833***	.652***	.538**	.883	.397	.630	0	保留

注1: \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$

资料来源: 本研究整理

B. 探索性因素分析。结果显示 Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) 值为 .891、Bartlett 球形检定值 557.177 ( $p = .000$ ), 适合做因素分析, 用最大似然法萃取出 1 个因子, 命名为积极情绪。各题项因素负荷量介于 .630 至 .809 之间, 累积总解释变异量 52.924%, 工作压力量表的探索性因素分析如表 3.3 所示:

C. 信度分析。结果显示情绪体验量表 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .886。量表在本次实际测量中具信度良好。如表 3.3 所示:

表 3.3 情绪体验量表探索性因素分析与信度分析摘要表

维度	题项	因素负荷量	特征值	解释变异量%	Cronbach's $\alpha$
情绪体验量表	QX1	.755	4.763	52.924	.886
	QX2	.809			
	QX3	.743			
	QX4	.773			
	QX5	.667			
	QX6	.695			
	QX7	.787			
	QX8	.666			
	QX9	.630			
累积总解释变异量 52.924%			量表整体信度 .886		

资料来源: 本研究整理

### 3.6.2 生活满意度量表项目分析、探索性因素分析与信度分析

A. 项目分析。生活满意度量表分析结果显示, 所有题项的决断值介于 6.548 至 11.926 之间, 均达统计显著水准 ( $p < .001$ ) 且绝对值大于 3, 符合标准; 所有

题项与总分相关介于.736至.869之间，达统计显著水准 ( $p < .01$ )，均大于.400，符合标准；所有校正后题项与最高分相关介于.517至.786之间，达统计显著水准 ( $p < .01$ )，均大于.400，符合标准 (邱皓政, 2013)；所有题项在题项删除后的 $\alpha$ 值，均符合标准 (吴明隆, 2009)；所有题项的共同性均大于.2，符合标准；所有题项的因素负荷量均大于.500，符合标准。综合判断，生活满意度量表中的所有题项在进行项目分析后，均符合统计学标准，因此决定保留生活满意度量表所有题项，不做删除。如表 3.4 所示：

表3.4生活满意度表项目分析表

题项	极端组 比较 决断值	相关性 检测 题项与总 分相关	校正题项与 总分相关	题项删除 后的 $\alpha$ 值	同质性 检测 共同性	因素负 荷量	未达 标准 指标 数	备注
标准	3.0	.4	.4	<.865	.2	.5		
SH1	7.661***	.774***	.668**	.830	.660	.813	0	保留
SH2	9.371***	.869***	.786**	.797	.789	.888	0	保留
SH3	11.926***	.855***	.772**	.803	.779	.883	0	保留
SH4	9.006***	.827***	.722**	.813	.689	.836	0	保留
SH5	6.548***	.736***	.517**	.889	.423	.650	0	保留

注1: \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$

资料来源：本研究整理

B. 探索性因素分析。结果显示 Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) 值为.849、Bartlett 球形检定值 364.808 ( $p = .000$ )，适合做因素分析，用最大似然法萃取出 1 个因子，命名为积极情绪。各题项因素负荷量介于.650至.888之间，累积总解释变异量 66.998%，工作压力量表的探索性因素分析如表 3.5 所示：

C. 信度分析。结果显示情绪体验量表整体 Cronbach's  $\alpha$ 系数为.856。量表在本次实际测量中信度良好。如表 3.5 所示：

表 3.5 生活满意度量表探索性因素分析与信度分析摘要表

维度	题项	因素负荷量	特征值	解释变异量%	Cronbach's $\alpha$
生活满意度 表	SH1	.813	3.350	66.998	.856
	SH2	.888			
	SH3	.883			
	SH4	.836			
	SH5	.650			
累积总解释变异量66.998%				量表整体信度.856	

资料来源：本研究整理



### 3.6.3 情绪体验量表项目分析、探索性因素分析与信度分析

A. 项目分析。领悟社会支持量表分析结果显示，所有题项的决断值介于 9.421 至 13.077 之间，均达统计显著水准 ( $p < .001$ ) 且绝对值大于 3，符合标准；所有题项与总分相关介于 .701 至 .852 之间，达统计显著水准 ( $p < .01$ )，均大于 .400，符合标准；所有校正后题项与最高分相关介于 .638 至 .817 之间，达统计显著水准 ( $p < .01$ )，均大于 .400，符合标准 (邱皓政, 2013)；所有题项在题项删除后的  $\alpha$  值，均符合标准 (吴明隆, 2009)；所有题项的共同性均大于 .2，符合标准；所有题项的因素负荷量均高于 .500，符合标准。综合判断，领悟社会支持量表中的所有题项在进行项目分析后，均符合统计学标准，因此决定保留领悟社会支持量表所有题项，不做删除。如表 3.6 所示：

表3.6领悟社会支持量表项目分析表

题项	极端组 比较 决断值	相关性 检测		同质性 检测 共同性	未达 标准 因素负 荷量	备注		
		题项与总 分相关	校正题项与 总分相关				题项删除 后的 $\alpha$ 值	
标准	3.0	.4	.4	<.941	.5			
QT1	10.874***	.712***	.652**	.939	.806	.817	0	保留
QT2	9.421***	.701***	.638**	.939	.730	.761	0	保留
JR3	11.270***	.742***	.687**	.937	.775	.720	0	保留
JR4	10.167***	.711***	.659**	.938	.810	.835	0	保留
QT5	10.198***	.796***	.750**	.935	.679	.605	0	保留
PY6	12.907***	.825***	.789**	.934	.801	.815	0	保留
PY7	13.077***	.852***	.817**	.933	.850	.836	0	保留
JR8	12.986***	.786***	.735**	.936	.790	.703	0	保留
PY9	12.272***	.844***	.813**	.933	.779	.759	0	保留
QT10	10.665***	.803***	.756**	.935	.772	.795	0	保留
JR11	10.857***	.765***	.713**	.937	.700	.698	0	保留
PY12	11.920***	.828***	.792**	.934	.800	.774	0	保留

注1: \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$

注2: JT: 家庭; PY: 朋友; QT: 其他

资料来源: 本研究整理

B. 探索性因素分析。结果显示 Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) 值为 .928、Bartlett 球形检定值 1280.540 ( $p = .000$ )，适合做因素分析，用最大似然法萃取出 3 个因子，分别命名为家庭、朋友与其他。各题项因素负荷量介于 .605 至 .836 之间，三个维度特征值分别为 4.246、2.846、2.198，累积总解释变异量 77.422%，量表在本次实际测量中具有良好的建构效度。如表 3.7 所示。

C. 信度分析。结果显示领悟社会支持量表整体 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .941，家庭的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .869、朋友的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .926、其他维度的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 .845，量表在本次实际测量中具有良好的信度。如表 3.7 所示：

表 3.7 领悟社会支持量表探索性因素分析与信度分析摘要表

维度	题项	因素负荷量	特征值	解释变异量%	Cronbach's $\alpha$
领悟社会支持 量表	QT1	.817	4.246	35.386	.845
	QT2	.761			
	QT5	.605			
	QT10	.795			
	JR3	.720	2.846	23.719	
	JR4	.835			
	JR8	.703			
	JR11	.698			
	PY6	.815	2.198	18.318	
	PY7	.836			
	PY9	.759			
	PY12	.774			
累积总解释变异量77.422%				量表整体信度.941	

资料来源：本研究整理

综上所述，预试问卷经过项目分析、探索性因素分析、信度分析，预试问卷所有题目均保留，不做删除。所有题项编入正式问卷分别为：领悟社会支持量表 3 个维度共 12 题，即家庭 (JT) 4 题、朋友 (PY) 4 题、其他 (QT) 4 题；情绪体验量表 (QX) 1 个维度共 9 题；生活满意度量表 (SH) 1 个维度共 5 题。

## 第 4 章 结果分析

本章分为六个部分来阐述，分别为正式问卷检验、描述分析、差异分析、相关分析、回归分析、研究假设与验证结果整理。第一节为正式问卷检验，主要采用验证性因素分析来验证领悟社会支持与主观幸福感两个模型结构与实际收集数据契合程度及建构效度；第二节为描述分析，主要采用频率来展示人口背景变项及各变量情况；第三节为差异分析，检验不同人口变项在领悟社会支持与主观幸福感的差异情形；第四节为相关分析，检验领悟社会支持、主观幸福感两个个变项之间的相关情形；第五节回归分析，是领悟社会对主观幸福感的影响；第六节为研究假设与验证结果整理。具体分析如下。

### 4.1 正式问卷检验

#### 4.1.1 主观幸福感验证性因素分析

A. 整体模式适配度。结果显示：绝对适配指标：卡方自由度比为 3.339，RMR=.041，SRMR=.038，RMSEA=.087，AGFI=.841；增量适配指标：NFI=.923，TLI=.934，CFI=.945，RFI=.908，IFI=.945；精简适配指标：PNFI=.771，PCFI=.789 各项指标均在可接受范围内，表明该模型的拟合度良好 (Hair *et al.*, 1998; Schumacker & Lomax, 2004)。如表 4.1 所示：

表 4.1 主观幸福感模型适配度指标分析摘要表

评鉴项目	指标	适配的标准	检定结果数据	模型适配判断
绝对适配指标	卡方	越小越好		-
	卡方自由度比	<5.000	3.339	适配
	RMR	≤.080	.041	适配
	SRMR	≤.080	.038	适配
	RMSEA	≤.100	.087	适配
增量适配指标	AGFI	≥.800	.841	适配
	NFI	≥.800	.923	适配
	TLI	≥.900	.934	适配
	CFI	≥.900	.945	适配
	RFI	≥.900	.908	适配
精简适配指标	IFI	≥.900	.945	适配
	PNFI	≥.500	.771	适配
	PCFI	≥.500	.789	适配

资料来源：本研究整理

B. 收敛效度检验。结果显示,各题项因素负荷量介于.665-.913 之间,大于.5, SMC 值介于.442-.834 之间,大于.3, 组合信度 CR 值介于.915-.933 之间,均大于.6, 平均萃取量 AVE 值介于.609-.685 之间,均大于.5, 主观幸福感量表收敛效度良好(Fornell & Larcker, 1981; Bagozzi & Yi, 1988)。如表 4.2 所示:

表 4.2 主观幸福感验证性因素分析摘要表

维度	题项	$\lambda$	SMC	CR	AVE
积极情绪	QX1	.777	.604	.933	.609
	QX2	.827	.684		
	QX3	.755	.570		
	QX4	.822	.676		
	QX5	.779	.607		
	QX6	.779	.607		
	QX7	.840	.706		
	QX8	.739	.546		
	QX9	.692	.479		
生活满意度	SH1	.665	.442	.915	.685
	SH2	.788	.621		
	SH3	.885	.783		
	SH4	.913	.834		
	SH5	.863	.745		

资料来源: 本研究整理

C. 区别效度。结果显示主观幸福感各构面的平均变异萃取量 (AVE) 的平方根分别为: .780、.827, 均大于该构面与其它构面相关系数, 量表具有良好的区别效度 (Fornell & Larcker, 1981)。基此, 本次测试中主观幸福感量表具有良好的信效度。如表 4.3 所示。

表 4.3 主观幸福感区别效度摘要表

	积极情绪	生活满意度
积极情绪	.780	
生活满意度	.664***	.827

注 1: 对角线数值为 AVE 平方根

注 2: \*\*\* $p < .001$

资料来源: 本研究整理

#### 4.1.2 领悟社会支持验证性因素分析

A. 整体模式适配度。结果显示: 绝对: 卡方自由度比为 3.398, RMR=.061, SRMR=.029, RMSEA=.088, AGFI=.856; 增项适配指标: NFI=.952, TLI=.956, CFI=.906, RFI=.939, IFI=.966; 精简适配指标: PNFI=.736, PCFI=.746 各项指标均在可接受范围内, 表明该模型的拟合度良好 (Hair *et al.*, 1998; Schumacker &

Lomax, 2004)。如表 4.4 所示:

表 4.4 领悟社会支持模型适配度指标分析摘要表

评鉴项目	指标	适配的标准	检定结果数据	模型适配判断
绝对适配指标	卡方	越小越好		-
	卡方自由度比	<5.000	3.398	适配
	RMR	≤.080	.061	适配
	SRMR	≤.080	.029	适配
	RMSEA	≤.100	.088	适配
	AGFI	≥.800	.856	适配
增量适配指标	NFI	≥.800	.952	适配
	TLI	≥.900	.956	适配
	CFI	≥.900	.906	适配
	RFI	≥.900	.939	适配
	IFI	≥.900	.966	适配
精简适配指标	PNFI	≥.500	.736	适配
	PCFI	≥.500	.746	适配

资料来源: 本研究整理

B. 收敛效度检验。结果显示, 各题项因素负荷量介于.810-.925 之间, 大于.5, SMC 值介于.656-.856 之间, 大于.3, 组合信度 CR 值介于.904-.936 之间, 均大于.6, 平均萃取量 AVE 值介于.703-.786 之间, 均大于.5, 领悟社会支持量表收敛效度良好(Fornell & Larcker, 1981; Bagozzi & Yi, 1988)。如表 4.5 所示:

表 4.5 领悟社会支持验证因素分析摘要表

维度	题项	$\lambda$	SMC	CR	AVE
家人	JR17	.840	.706	.913	.723
	JR18	.866	.750		
	JR22	.872	.760		
	JR25	.823	.677		
朋友	PY20	.925	.856	.936	.786
	PY21	.869	.755		
	PY23	.892	.796		
	PY26	.858	.736		
	其他	QT15	.810		
QT16	.812	.659			
QT19	.879	.773			
QT24	.850	.723			

资料来源: 本研究整理

C. 区别效度。结果显示领悟社会支持各构面的平均变异萃取量 (AVE) 的平方根分别为: .850、.886、.838, 均大于此构面和其它构面相关系数, 量表具有良好的区别效度 (Fornell & Larcker, 1981)。基此, 本次测试中领悟社会支持量表

具有良好的信效度。如表 4.6 所示。

表 4.6 领悟社会支持区别效度摘要表

	家人	朋友	其他
家人	.850		
朋友	.809***	.886	
其他	.804***	.869***	.838

注 1: 对角线数值为 AVE 平方根

注 2: \*\*\* $p < 0.001$

资料来源: 本研究整理

## 4.2 描述分析

本研究对陕西省三所高职院校在校生共发放问卷 308 份, 以频率和百分比方式展示受试者的人口变项情况, 以平均数、标准差了解主观幸福感、领悟社会支持的整体情况。

### 4.2.1 人口统计学

本研究中, 考察了性别、婚姻 2 各人口变量, 结果显示: 在性别方面男性占 41.6%, 女性占 58.4%。在婚姻方面, 已婚 235 人, 占比 76.3%, 未婚 73 人, 占比 23.7%。如表 4.7 所示:

表 4.7 正式样本人口变量统计表 ( $n=308$ )

人口变量	分类	频率	百分比
性别	男	128	41.6%
	女	180	58.4%
婚姻	已婚	235	76.3%
	未婚	73	23.7%

资料来源: 本研究整理

### 4.2.2 主观幸福感现况分析

分析显示, 主观幸福感分为两个构面, 分别为积极情绪 9 题, 生活满意度 5 题, 共 14 题, 计分后分析得出受试高职体育教师主观幸福感得分 ( $M=3.327$ ), 表明主观幸福感在陕西省高职体育教师上处于中等偏上水平, 其维度得分以此为情绪体验 ( $M=3.303$ ), 生活满意度 ( $M=3.370$ )。表明陕西省高职体育教师整体主观幸福感中上水平。如表 4.8 所示:

表 4.8 主观幸福感现况分析摘要表 (n=308)

构面与整体	题数	平均数 <i>M</i>	标准差 <i>SD</i>
情绪体验	9	3.303	0.825
生活满意度	5	3.370	0.861
整体主观幸福感	14	3.327	1.223

资料来源：本研究整理

#### 4.2.3 领悟社会支持现况分析

分析显示，领悟社会支持共分为 3 各构面，分别为家人支持 4 题、朋友支持 4 题、其他支持 4 题，共 12 题，整体计分后分析得出受试高职体育教师领悟社会支持得分 ( $M=3.470$ )，表明陕西省高职体育教师领悟社会支持处于中上水平，其维度得分依次为家人支持 ( $M=3.585$ )，朋友支持 ( $M=3.469$ )，其他支持 ( $M=3.355$ )。表明陕西省高职体育教师领悟社会支持处于中上水平，如表 4.9 所示：

表 4.9 领悟社会支持现况分析摘要表 (n=308)

构面与整体	题数	平均数 <i>M</i>	标准差 <i>SD</i>
家人	4	3.585	1.293
朋友	4	3.469	1.293
其他	4	3.355	1.312
整体领悟社会支持	12	3.470	1.222

资料来源：本研究整理

### 4.3 差异分析

本研究为了解不同的人口统计变量在领悟社会支持、主观幸福感上是否存在显著差异，分别以性别、婚姻作为因子，进行独立样本 *t* 检定与 ANOVA 单因子变异数检定进行差异性分析。

#### 4.3.1 主观幸福感在人口学变项的差异性分析

A. 性别。以 *t* 检定分析结果显示：不同性别的高职体育教师在整体主观幸福感上  $t=-.757$  不存在显著差异，通过比较平均值发现女生  $M=3.299$ ，男生  $M=3.367$ ；在情绪体验构面上  $t=-1.067$  不存在显著差异，通过比较平均值发现女生  $M=3.261$ ，男生  $M=3.362$ ；在生活满意度构面上  $t=0.057$  不存在显著差异，通过比较平均值发现女生  $M=3.367$ ，男生  $M=3.373$ ；如表 4.10 所示：

表 4.10 不同性别在主观幸福感上的差异分析表 (n=308)

变项名称	男 (128)		女 (180)		t 值	p 值
	M	SD	M	SD		
情绪体验	3.362	0.908	3.261	0.760	1.067	.287
生活满意度	3.373	0.913	3.367	0.825	0.057	.955

资料来源: 研究者自行整理

B.婚姻。以  $t$  检定分析结果显示: 不同婚姻的高职体育教师在整体主观幸福感上  $t=1.187$  不存在显著差异, 通过比较平均值发现已婚  $M=3.356$ , 未婚  $M=3.233$ ; 在情绪体验构面上  $t=1.016$  不存在显著差异, 通过比较平均值发现已婚  $M=3.330$ , 未婚  $M=3.217$ ; 在生活满意度构面上  $t=1.217$  不存在显著差异, 通过比较平均值发现已婚  $M=3.403$ , 未婚  $M=3.263$ ; 如表 4.11 所示:

表 4.11 不同婚姻在主观幸福感上的差异分析表 (n=308)

变项名称	已婚 (235)		未婚 (73)		t 值	p 值
	M	SD	M	SD		
情绪体验	3.330	0.832	3.217	0.802	1.016	.310
生活满意度	3.403	0.823	3.263	0.972	1.217	.225

资料来源: 研究者自行整理

#### 4.3.2 领悟社会支持在人口学变项的差异性分析

A.性别。以  $t$  检定分析结果显示: 不同性别的高职体育教师在整体领悟社会支持上  $t=.173$  不存在显著差异, 通过比较平均值发现女生  $M=3.463$ , 男生  $M=3.480$ ; 在家人构面上  $t=-0.094$  不存在显著差异, 通过比较平均值发现女生  $M=3.591$ , 男生  $M=3.581$ ; 在朋友构面上  $t=0.382$  不存在显著差异, 通过比较平均值发现女生  $M=3.452$ , 男生  $M=3.493$ ; 在其他构面上  $t=0.198$  不存在显著差异, 通过比较平均值发现女生  $M=3.346$ , 男生  $M=3.367$ , 如表 4.12 所示:

表 4.12 不同性别在领悟社会支持上的差异分析表 (n=308)

变项名称	男 (128)		女 (180)		t 值	p 值
	M	SD	M	SD		
家人	3.581	1.380	3.591	1.231	-0.094	.925
朋友	3.493	1.425	3.452	1.195	0.382	.702
其他	3.367	1.416	3.346	1.236	0.198	.843

资料来源: 研究者自行整理

B.婚姻。以  $t$  检定分析结果显示: 不同婚姻的高职体育教师在整体领悟社会支持上  $t=1.540$  部分存在显著差异, 通过比较平均值发现已婚  $M=3.513$ , 未婚  $M=3.333$ ; 在家人构面上  $t=0.031$  存在显著差异, 通过比较平均值发现已婚  $M=3.330$ , 未婚  $M=3.217$ ; 在朋友构面上  $t=0.242$  不存在显著差异, 通过比较平



均值发现已婚  $M=3.503$ ，未婚  $M=3.358$ ；在其他构面上  $t=0.313$  不存在显著差异，通过比较平均值发现已婚  $M=3.385$ ，未婚  $M=3.258$ ，如表 4.13 所示：

表 4.13 不同婚姻在领悟社会支持上的差异分析表 ( $n=308$ )

变项名称	已婚 (235)		未婚 (73)		t 值	p 值
	M	SD	M	SD		
家人	3.513	1.298	3.333	1.243	2.173	.031*
朋友	3.503	1.301	3.358	1.267	1.173	.242
其他	3.385	1.304	3.258	1.335	1.011	.313

资料来源：研究者自行整理

#### 4.4 相关分析

本研究采用的领悟社会支持量表和主观幸福感量表为李克特 (Likert Scale) 五点尺度衡量，通过对收集资料进行分析得出，“领悟社会支持”平均得分为 3.470，处于中等偏上水平。“主观幸福感”平均得分为 3.327，处于中等偏上。

为了解本研究高职体育教师领悟社会支持与主观幸福感的具体相关性，对领悟社会支持与主观幸福感进行相关分析，结果说明“领悟社会支持”与“主观幸福感”的相关系数为 0.733， $p$  值小于参考值 0.001，故达显著，且不存在严重的共线性问题，具有统计学意义，因此可以说明“领悟社会支持”与“主观幸福感”存在显著正相关。如表 4.14：

表 4.14 相关性分析表

变量	M	SD	领悟社会支持	主观幸福感
领悟社会支持	3.470	1.222	1	
主观幸福感	3.327	1.770	0.733***	1

注：\*\*\* $p<0.001$ 。

资料来源：研究者自行整理

#### 4.5 回归分析

此小节将验证领悟社会支持对于主观幸福感的预测作用，将采用线性回归分析来进行操作，结果显示，标准化回归系数 $\beta=0.733$ ， $t=18.831$ ， $p$  值小于参考值 0.001，达显著，说明领悟社会支持可以显著正向影响主观幸福感，说明假设成立。表 4.15：

表 4.15 领悟社会支持对主观幸福感之回归分析表 (n=308)

因变项 主观幸福感		
	$\beta$	t
领悟社会支持	.733***	18.831
$R^2$		.537
Adj $R^2$		.535
F		354.614***

注: \*\*\* $p < 0.001$ .  $\beta$ 为标准化回归系数.

资料来源: 本研究自行整理

#### 4.6 研究结果假设整理

依据本研究的研究假设与研究结果整理如表 4.16 所示:

表 4.16 研究结果整理表

项目	假设内容	验证结果
H1	不同性别、婚姻在高职体育教师在主观幸福感上存在显著差异	不成立
H2	不同性别、婚姻在高职体育教师在领悟社会支持上存在显著差异	部分成立
H3	领悟社会支持对高职体育教师主观幸福感达显著正向影响	成立

资料来源: 研究者自行整理

## 第 5 章 结论与建议

本章节主要是探讨领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感的影响，根据第五章研究结果归纳为结论，并与以往研究进行探讨分析。

### 5.1 结论

#### 5.1.1 陕西省高职体育教师主观幸福感、领悟社会支持的现况讨论

有关主观幸福感，本研究发现，陕西省高职体育教师主观幸福感处于中上水平，说明陕西省高职体育教师可能都具有比较好的情绪和生活满意水平。

在人口学相关研究中发现，不同性别、婚姻在主观幸福感部分无显著差异：从性别上看，在情绪体验、生活满意度两个构面以及主观幸福感整体不存在显著差异，这与谢鞅（2006）的研究结果基本一致。从婚姻上看，在情绪体验、生活满意度两个构面以及幸福感整体不存在显著差异，这与杨婉秋（2003）的结果不相同，因为研究地域之研究对象上的差异，此研究的研究对象为陕西省的高职体育教师，教师群体的幸福感普遍较高。

有关领悟社会支持，本研究发现，陕西省高职体育教师领悟社会支持处于中上水平，说明陕西省高职体育教师可能都具有比较好的家人，朋友和其他支持。

在人口学相关研究中发现，不同性别、婚姻在领悟社会支持上部分有显著差异，从性别上看，家人、朋友、其他支持三个构面，以及领悟社会支持整体上不存在显著差异，这与张书册等人（2015）的研究结果不一致，可能与本研究地域与研究对象上的差异，本研究的研究对象为陕西省的高职体育教师，教师群体的社会支持普遍较高。而从婚姻上看，家人支持构面上存在显著差异，已婚大于未婚，这与王艳芝等人（2006）的研究结果一致。

#### 5.1.2 领悟社会支持对主观幸福感正向影响的讨论

本研究结果表明，领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感有正向影响，即高职体育教师的领悟社会支持越好，主观幸福感越多，与 Chou and Chi (1999)、邢占军与张羽（2007）、严标宾等人（2011）及宋佳萌与范会勇（2013）的研究结果一致。即高职体育教师在生活过程中会因为是否获取了他人的支持从而产生相一致的主观幸福感，在学校中教师团体和谐相处，相互帮助共同协作，

善于沟通交流,教师就会产生良好的主观幸福感。当我们采取适当方式促使高职体育教师通过提升其领悟社会支持并最终实现主观幸福感的逐步提升,具体来说,提高领悟社会支持是获得幸福感的一个途径,而领悟社会支持作为一种主观的心理,能有效提高高职体育教师在主观心理的幸福感。

## 5.2 建议

本研究冀于了解陕西省高职体育教师领悟社会支持、主观幸福感的现状,在不同背景变量下的差异情形,以及两者之间的相关关系的探讨,提出以下建议。

研究表明,高职体育教师领悟社会支持显著正向影响主观幸福感,也就是说,当领悟社会支持增加时,主观幸福感就会增加,反之领悟社会支持减少时,主观幸福感就会减小,因此,为了提升高职体育教师主观幸福感,就要更加重视亲人,朋友和学校对教师无论在生活上还是工作上的支持,获得积极情绪,提高主观幸福感(姜淑梅等人,2016)。要加强对未婚老师在亲人上的支持与关注,提升其主观幸福感,以更好地培养出身心健康的优秀高职学生。

## 5.3 研究局限

由于时间与地点存在差异,同时在标选取、样本选择、研究方法,等方面还存在部分的不足和限制,虽然本研究选取的样本能够映射到陕西省高职体育教师母群体,但对于全国高职体育教师来说,还有着一定的局限性。所以提出以下对未来研究的建议。

A. 增加质性研究以深化研究广范度。此研究主要是以量化的问卷调查法进行资料的搜集,虽然可以进行广泛的调查研究,但会因为研究者对研究主题缺乏了解,受配合度,主观意愿等因素而影响调查的结果。未来可辅以观察法、访谈法等方式,深化研究广度。

B. 扩大研究区域以验证理论的完整。本研究以陕西省高职体育教师为研究对象,通过方便抽样的方式抽取5所高职院校的体育教师为样本。但5所学校数量较少,未能包含所有地区,在取样代表性上具有局限性。后续研究可以考虑以更科学严谨的抽样方法,增强结论的说服力与可靠信。

## 参考文献

- 曾荣侠 (2009)。河南省中学教师主观幸福感与社会支持的相关研究。《河南教育学院学报：哲学社会科学版》，28 (4)，74-76。  
<https://CNKI:SUN:HZJX.0.2009-04-021>
- 常晓红、李静 (2011)。老年住院患者的心理需求，生存质量现状，影响因素及改善。《中国煤炭工业医学杂志》，14 (7)，1055-1056。  
<https://CNKI:SUN:ZMGY.0.2011-07-064>
- 陈慧玉 (2011)。高雄市国中学生正向心理、同侪关系及生命意义感之相关研究。[硕士学位论文，国立高雄师范大学]，台湾硕博学位论文知识加值系统网，  
<https://hdl.handle.net/11296/vw7s8z>
- 陈云英、孙绍邦 (1994)。教师工作满意度的测量研究。《心理科学》，(3)，146-149。  
<https://doi.org/10.16719/j.cnki.1671-6981.1994.03.005>
- 程秀兰、高游 (2019)。幼儿园教师社会支持与工作投入的关系：心理资本的中介作用。《学前教育研究》，(12)，41-51。  
<https://doi.org/10.13861/j.cnki.sece.2019.12.005>
- 丁新华、王极盛 (2004)。青少年主观幸福感研究述评。《心理科学进展》，12 (01)，59-66。  
<http://ir.psych.ac.cn/handle/311026/2172>
- 方阳春 (2013)。工作压力和社会支持对高校教师绩效的影响。《科研管理》，34 (5)，136-143。  
<https://doi.org/10.19571/j.cnki.1000-2995.2013.05.017>
- 冯克曼 (2018)。大学生情绪表达冲突，灾难化，领悟社会支持和主观幸福感的  
关系研究。[硕士学位论文，哈尔滨师范大学]，中国知网  
<http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10231-1018994633.htm>
- 冯娜娜、徐俊霞 (2010)。高中教师主观幸福感和领悟社会支持的相关研究。《宜宾学院学报》，10 (4)，111-112。  
<https://CNKI:SUN:YBSG.0.2010-04-039>
- 宫火良 (2002)。河南省高中教师工作满意度现状的研究。[博士学位论文，河南大学]，中国知网  
<http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10475-2002080154.htm>
- 郭瞻、肖祖铭 (2019)。高校教师幸福感及其影响因素研究。《南昌师范学院学报》，(2)，27。  
<https://CNKI:SUN:JXJY.0.2019-02-027>
- 贾绪计、王胜男 (2009)。大学生社会支持个人自尊集体自尊对主观幸福感的影  
响。《中国学校卫生》，30 (4)，365-366。  
<https://CNKI:SUN:XIEWS.0.2009-04-039>
- 姜乾金 (2001)。领悟社会支持量表。《中国行为医学科学》，10 (10)，41-43。
- 姜淑梅、李喆、张春梅 (2016)。高校女教师主观幸福感的调查及提升策略研究——以吉林省高校为例。《吉林师范大学学报：人文社会科学版》，44 (2)，108-116。  
<https://CNKI:SUN:SLXS.0.2016-02-020>
- 赖运成、林文倩 (2018)。农村留守儿童领悟社会支持，主观幸福感与学业拖延的  
关系。《陕西学前师范学院学报》，034 (005)，23-27。  
<https://doi.org/10.11995/j.issn.2095-770X.2018.05.005>
- 李超平、李晓轩、时勤、陈雪峰 (2006)。授权的测量及其与员工工作态度的关  
系。《心理学报》，38(01)，99-106。  
<https://CNKI:SUN:XLXB.0.2006-01-014>
- 李放、查嫣芸、梁宏宇、杨程、郑雪 (2017)。中职生自我概念清晰度，社会支  
持，自尊与主观幸福感的  
关系。《中国心理卫生杂志》，31 (11)，896-901。  
<https://CNKI:SUN:ZXWS.0.2017-11-013>

- 李仁豪、余民寧 (2016)。心理幸福感量表簡式中文版信效度及測量不變性：以  
大學生為樣本並兼論測量不變性議題。《中華輔導與諮商學報》，(46)，127-154。  
<https://doi.org/10.7082/CJGC>
- 李伟、陶沙 (2003)。大学生的压力感与抑郁，焦虑的关系：社会支持的作用。  
《中国临床心理学杂志》，11 (2)，108-110。  
<https://CNKI:SUN:ZLCY.0.2003-02-008>
- 李占宏、赵梦娇、肖紫瑶、刘亚楠 (2018)。利他行为与生命意义感：领悟到的  
社会支持与自尊的中介作用。《中国特殊教育》，(5)，17。  
<https://CNKI:SUN:ZDTJ.0.2018-05-017>
- 连伟利 (2009)。留守初中生领悟社会支持与主观幸福感的关系研究。[博士论文，  
重庆：西南大学]，中国知网  
<http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10635-2009104897.htm>
- 刘奥(2019)。中学教师心理控制源，领悟社会支持与幸福感的关系研究。[硕士论  
文，哈尔滨师范大学]，中国知网  
<http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10231-1019158459.htm>
- 刘玉新、张建卫、金盛华 (2005)。社会支持与人格对大学生压力的影响。《心理  
学报》，37 (01)，92-99。 <https://CNKI:SUN:XLXB.0.2005-01-013>
- 刘志侃、程利娜 (2019)。家庭经济地位，领悟社会支持对主观幸福感的影响。  
《统计与决策》，(17)，23。 <https://doi.org/10.13546/j.cnki.tjyc.2019.17.022>
- 陸洛 (1998)。中國人幸福感之內涵，測量及相關因素探討。《國家科學委員會研  
究彙刊：人文及社會科學》，8 (1)，115-137。  
<https://doi.org/10.1023/A:1013944228205>
- 梅碧琪、尤黎明、万丽红 (2005)。慢性乙型肝炎病毒携带者个性心理特征的研  
究。《新医学》，36 (7) 395-396。 <https://CNKI:SUN:XYXX.0.2005-07-015>
- 孟建伟(2010)。教育与幸福——关于幸福教育的哲学思考。《教育研究》，(2)，28-33。  
<https://CNKI:SUN:JYYJ.0.2010-02-005>
- 倪林英、杨勇波、雷良忻 (2006)。小学教师的主观幸福感及其影响因素分析。  
《中國學校衛生》，27 (1)，16-17。 <https://CNKI:SUN:XIWS.0.2006-01-008>
- 邱皓政 (2006)。《量化研究与统计分析》。五南图书出版公司。
- 邱皓政 (2009)。科学研究与量化方法。载于邱皓政 (主编)，《量化研究与统计分  
析》(4-24 页)。重庆大学出版社。
- 邱皓政 (2013)。《量化研究与统计分析: SPSS (PASW) 数据分析范例解析》。重庆大  
学出版社。
- 邱林、郑雪、王雁飞 (2008)。积极情感消极情感量表 (PANAS) 的修订。《應用  
心理學》，14 (3)，249-254。 <https://CNKI:SUN:YXNX.0.2008-03-009>
- 全宏艳、叶茂林、何资桥、周恒彩、龙芬 (2007)。领悟社会支持在人格与心理  
健康之间的调节作用。《中國臨床心理學雜誌》，15 (6)，598-600。  
<https://CNKI:SUN:ZLCY.0.2007-06-015>
- 沈黔 (2020)。深度休闲与主观幸福感的关系。[硕士论文，武汉体育学院]，中  
国知网 <http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10522-1020632554.htm>
- 宋佳萌、范会勇 (2013)。社会支持与主观幸福感关系的元分析。《心理科学进展》，  
21(8)，1357-1370。 <https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2013.01357>
- 谭锦绣、王博 (2018)。高职院校教师职业倦怠与领悟社会支持：自我同情的中介  
作用。《收藏》，3。 <https://CNKI:SUN:GHXZ.0.2018-03-006>

- 谭锦绣、王博 (2018)。高职院校教师职业倦怠与领悟社会支持:自我同情的中介作用。《教师教育论坛》, 000 (003), 31-36。  
<https://CNKI:SUN:GHXZ.0.2018-03-006>
- 唐英、谢雪梅 (2008)。军嫂社会支持与主观幸福感的相关研究。《中国健康心理学杂志》, 16 (1), 119-120。 <https://doi.org/10.13342/j.cnki.cjhp.2008.01.029>
- 童锦、纵艳芳 (2010)。“生命”视域下的高职体育教学改革。《体育学刊》, 17(1)。  
<https://doi.org/10.16237/j.cnki.cn44-1404/g8.2010.01.010>
- 汪向东、王希林、马弘 (1999)。心理卫生评定量表手册。《中国心理卫生杂志》, 13 (1), 31-35。  
<http://course.sdu.edu.cn/Download2/dbe0cb52-d680-47d7-b48a-3546dcd1b84a.pdf>
- 王翠竹 (2019)。本科实习护生职业认同,领悟社会支持与主观幸福感的相关性研究。[硕士学位论文, 延边大学], 中国知网  
<http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10184-1019078875.htm>
- 王黎华、明廷华 (2008)。小学教师主观幸福感与社会支持,应对方式的关系。《中国健康心理学杂志》, (6), 609-610。  
<https://doi.org/10.13342/j.cnki.cjhp.2008.06.036>
- 王木生、余小春、邓香兰、李杨 (2010)。关于高职教师职业幸福感的调查报告。《职教论坛》, (9), 86-88。 <https://CNKI:SUN:ZJLT.0.2010-09-027>
- 王相英 (2008)。高校青年体育教师主观幸福感与自我概念的研究。《山东体育科技》, 30 (3), 69-71。 <https://doi.org/10.14105/j.cnki.1009-9840.2008.03.023>
- 王艳芝、王欣、孟海英 (2006)。收入状况对幼儿教师安全感,社会支持生存质量及幸福感的影响。《中国行为医学科学》, 15 (2), 151-152。  
<https://CNKI:SUN:ZGXX.0.2006-02-027>
- 王月琴、张宇 (2015)。大学生手机依赖与领悟社会支持和主观幸福感的关系。《中国心理卫生杂志》, 29(11), 868-873。 <https://CNKI:SUN:ZXWS.0.2015-11-015>
- 王桢、陈雪峰、时勘 (2006)。大学生应对方式,社会支持与心理健康的关系。《中国临床心理学杂志》, 14 (4), 378-380。  
<http://ir.psych.ac.cn/handle/311026/3054>
- 吴昊蔚 (2019)。中学教师主观幸福感,工作压力与领悟社会支持的关系研究。[硕士学位论文, 河北师范大学], 中国知网  
<http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10094-1019161584.htm>
- 吴莉莉、冯冬燕 (2009)。基于社会支持的下岗失业人员主观幸福感的研究。《西安工程大学学报》, 23 (4), 124-127。 <https://CNKI:SUN:XBZ.0.2009-04-025>
- 吴明隆 (2009)。《结构方程模型:AMOS的操作与应用》。重庆大学出版社。
- 吴明隆 (2011)。《SPSS 统计应用学习实务:问卷分析与应用统计 (第三版)》。易习图书。
- 吴明霞 (2000)。30年来西方关于主观幸福感的理论发展。《心理学动态》, 8 (4), 23-28。 <https://CNKI:SUN:XLXD.0.2000-04-004>
- 吴晓霞、徐小颖、丁海东 (2020)。教育类调查问卷设计中的常见问题及策略研究。《教育教学论坛》, 000 (011), 83-85。  
<https://d.wanfangdata.com.cn/periodical/jyjxlt202011037>
- 肖水源 (1994)。《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用。《临床精神医学杂志》, 4 (2), 98-100。 <https://CNKI:SUN:LCJS.0.1994-02-019>

- 谢鞅 (2006)。初中教师主观幸福感的调查研究。[硕士论文, 四川师范大学], 中国知网 <http://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10636-2006140004.htm>
- 邢淑芬、俞国良 (2005)。社会比较研究的现状与发展趋势。《心理科学进展》, 13 (01), 78-84。 <https://CNKI:SUN:XLXD.0.2005-01-011>
- 邢占军 (2003)。中国城市居民主观幸福感量表简本的编制。《中国行为医学科学》, 12 (6), 703-705。 <https://CNKI:SUN:ZGXX.0.2003-06-052>
- 邢占军、张羽 (2007)。社会支持与主观幸福感关系研究。《社会科学研究》, 2007 (6), 9-14。 <https://www.cnki.com.cn/Article/CJFDTotal-SHYJ200706001.htm>
- 徐涛、李楠、乔海琦 (2019)。西北地区高校教师教学效能感和社会支持的关系研究。《卫生职业教育》, (3), 73。 <https://CNKI:SUN:ZDYX.0.2019-03-073>
- 严标宾、郑雪、邱林 (2004)。主观幸福感研究综述。《自然辩证法通讯》, 26 (2), 96-100。 <https://www.cnki.com.cn/Article/CJFD2004-ZRBT200402021.htm>
- 严标宾、郑雪、张兴贵 (2011)。大学生社会支持对主观幸福感的影响机制——自我控制及抑郁的中介作用。《心理科学》, 34 (2), 471-475。  
<https://doi.org/10.16719/j.cnki.1671-6981.2011.02.009>
- 杨宏飞 (2002)。301名小学教师主观幸福感与自我概念测评。《中国心理卫生杂志》, 16 (5), 322-322。 <https://CNKI:SUN:ZXWS.0.2002-05-013>
- 杨宏飞、吴清萍 (2002)。小学教师主观幸福感与心理健康的相关研究。《中国行为医学科学》, 11 (3), 316-317。 <https://CNKI:SUN:ZGXX.0.2002-03-046>
- 杨婉秋 (2003)。中小学教师主观幸福感研究。《健康心理学杂志》, 11 (3), 243-244。  
<https://www.ixueshu.com/document/b2c79041a7c62f16ed2aa1a2460ded21318947a18e7f9386.html>
- 叶俊杰 (2006) 领悟社会支持、实际社会支持与大学生抑郁。《心理科学》, 29 (005), 1141-1143。 <https://doi.org/10.3969/j.issn.1671-6981.2006.05.027>
- 尤瑾、郭永玉 (2007)。大学生人格、社会支持与主观幸福感的关系。《心理与行为研究》, 5 (1), 65。 <https://doi.org/CNKI:SUN:CLXW.0.2007-01-013>
- 张书朋、张庆垚、李彩娜 (2015)。悟社会支持性别差异的元分析。《心理发展与教育》, 31 (4), 393-401。 <https://doi.org/10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2015.04.02>
- 张妍 (2017)。中小学教师存在焦虑、领悟社会支持、核心自我评价的关系研究。[硕士论文, 福建师范大学], 中国知网  
<https://cdmd.cnki.com.cn/Article/CDMD-10394-1018086766.htm>
- 张艳红、杨新魁、苏素良 (2009)。浅谈医学心理学在教学管理中的应用。《都市家教: 下半月》, (9), 155-155。  
<http://www.cqvip.com/QK/89420X/200909/31694058.html>
- 赵春曦 (2019)。基于弗鲁姆期望值理论的 ai 教育模式与传统课堂教育模式的互补学习方式分析。《科技创新导报》, (8), 200-201。  
<https://CNKI:SUN:ZXDB.0.2019-08-113>
- Antonucci, T. C., & Akiyama, H. (1987). Social networks in adult life and a preliminary examination of the convoy model. *Journal of gerontology*, 42(5), 519-527. <https://doi.org/10.1093/geronj/42.5.519>
- Bagozzi, R. P., & Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural equation models. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 16(1), 74-94. <https://doi.org/10.1007/BF02723327>



- Blau, P. M. (1964). Justice in social exchange. *Sociological Inquiry*, 34(2), 193-206.
- Blumenthal, J. A., Burg, M. M., Barefoot, J., Williams, R. B., Haney, T., & Zimet, G. (1987). Social support, type A behavior, and coronary artery disease. *Psychosomatic Medicine*, 49(4), 331-340. <https://doi.org/10.1097/00006842-198707000-00002>
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-being*. Aldine.
- Brunstein, J. C., Schultheiss, O. C., & Grässmann, R. (1998). Personal goals and emotional well-being: the moderating role of motive dispositions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 494-508. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.75.2.494>
- Chou, I.-W. (2020). The effect of behavioral cultural intelligence, personality, and academic performance on perceived well-being among international Chinese college students in Thailand. *Chinese Journal of Social Science and Management*, 4(2), 126-136. <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/CJSSM/article/view/241585>
- Chou, K. L., & Chi, I. (1999). Determinants of life satisfaction in Hong Kong Chinese elderly: A longitudinal study. *Aging & Mental Health*, 3(4), 328-335. <https://doi.org/10.1080/13607869956109>
- Dahlem, N. W., Zimet, G. D., & Walker, R. R. (1991). The multidimensional scale of perceived social support: a confirmation study. *Journal of Clinical Psychology*, 47(6), 756-761. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199111\)47:6<756::AID-JCLP2270470605>3.0.CO;2-L](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199111)47:6<756::AID-JCLP2270470605>3.0.CO;2-L)
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1105-1117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.5.1105>
- Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 926-935. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.5.926>
- Diener, E., Sapyta, J. J., & Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 9(1), 33-37. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_3)
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 216-302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dunkel-Schetter, C. & Bennett, T.L. (1990) `Differentiating the Cognitive and Behavioral Aspects of Social Support, in I.G. Sarason , B.R. Sarason & G.R. Pierce (eds), *Social Support: An Interactional View* (267-296). Wiley.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics. *Journal of Marketing Research*, 18(3), 382-388. <https://doi.org/10.2307/3150980>

- Gracia, E., & Herrero, J. (2006). La comunidad como fuente de apoyo social: evaluación e implicaciones en los ámbitos individual y comunitario. *Revista latinoamericana de psicología*, 38(2), 327-342. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80538207>
- Haber, M. G., Cohen, J. L., Lucas, T., & Baltes, B. B. (2007). The relationship between self-reported received and perceived social support: A meta-analytic review. *American Journal of Community Psychology*, 39(1-2), 133-144. <https://doi.org/10.1007/s10464-007-9100-9>
- Helson, H. (1964). *Adaptation-Level Theory: An Experimental and Systematic Approach to Behavior*. Harper and Row.
- Homans, G.C. (1961). *Social Behavior: Its Elementary Forms*. Harcourt, Brace, and World.
- Kalivas, P. W., Chris Pierce, R., Cornish, J., & Sorg, B. A. (1998). A role for sensitization in craving and relapse in cocaine addiction. *Journal of Psychopharmacology*, 12(1), 49-53. <https://doi.org/10.1177/026988119801200107>
- Hair, J. F., Ralph E. A., Ronald L. T., & William C. B. (1998), *Multivariate Data Analysis* (5th ed). Prentice Hall.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39(1), 31-36. <https://doi.org/10.1007/BF02291575>
- Kline, R. B. (1998). Software review: Software programs for structural equation modeling: Amos, EQS, and LISREL. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 16(4), 343-364. <https://doi.org/10.1177/073428299801600407>
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35(6), 906-912. <https://doi.org/10.1093/geronj/35.6.906>
- Lafrenière, M. A. K., Jowett, S., Vallerand, R. J., & Carbonneau, N. (2011). Passion for coaching and the quality of the coach-athlete relationship: The mediating role of coaching behaviors. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(2), 144-152. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.08.002>
- Lafrenière, M.-A. K., Jowett, S., Vallerand, R. J., & Carbonneau, N. (2011). Passion for coaching and the quality of the coach - athlete relationship: The mediating role of coaching behaviors. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(2), 144-152. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.08.002>
- Maslow, A. (1968). Some educational implications of the humanistic psychologies. *Harvard Educational Review*, 38(4), 685-696. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.08.002>
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. (1996). Received and perceived social support in times of stress: a test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 498-511. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.3.498>

- Pierce, G. R., Lakey, B., Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Joseph, H. J. (1997). Personality and social support processes. In Gregory R. Pierce, Brian Lakey & I.G. Sarason (Eds.), *Sourcebook of Social Support and personality* (pp. 3-18). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1843-7\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1843-7_1)
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2004). *A Beginner's Guide to Structural Equation Modeling*. Psychology press.
- Shriberg, J., Kirk, J., & Winthrop, R. (2007). *Teaching Well? Educational Reconstruction Efforts and Support to Teachers in Postwar Liberia*. International Rescue Committee.
- Tay, L., & Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(2), 354-365. <https://doi.org/10.1037/a0023779>
- Thoits, P. A. (1982). Conceptual, methodological, and theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 23(2), 145-159. <https://doi.org/10.2307/2136511>
- Thoits, P. A. (1983). Multiple identities and psychological well-being: A reformulation and test of the social isolation hypothesis. *American Sociological Review*, 48(2), 174-187. <https://doi.org/10.2307/2095103>
- Tinsley, H. E., & Tinsley, D. J. (1987). Uses of factor analysis in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology*, 34(4), 414-424. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.34.4.414>
- Watson, D., Clark, L. A., & Carey, G. (1988). Positive and negative affectivity and their relation to anxiety and depressive disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 97(3), 346-353. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.97.3.346>
- Weiss, R. (1974). The Provisions of Social Relationships. In Rubin, Z. (Eds.), *Doing Unto Others* (pp.17-26). Englewood Cliffs.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294-306. <https://doi.org/10.1037/h0024431>
- Wood, J. V. (1996). What is social comparison and how should we study it?. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(5), 520-537. <https://doi.org/10.1177/0146167296225009>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)

## 附录一：问卷

### 领悟社会支持对陕西省高职体育教师主观幸福感的影响

亲爱的老师：

您好！

这是一份专题制作用的问卷，想了解您对高职体育教师工作投入的一些看法，您提供的宝贵意见，将作为本专题研究的重要资料参考。您的意见非常珍贵，请给予最真实的回答，问卷中所填写的资料，会完全保密，请放心作答。谢谢您！

敬祝

开心幸福每一天。

指导老师 Asst. Prof. Dr. Peng-Fei CHEN

学 生 Bowen DONG

2021 年 1 月

#### 壹、基本资料

请您依照个人之情况，在符合的选项□内打勾“√”：

- 1、您的性别：□男 □女
- 2、您的婚姻：□已婚 □未婚

#### 贰、问卷内容

请您依照自己对问题的看法，在符合的选项□内打勾“√”

下面是有关情绪体验的描述，请您根据自己的实际工作情况，在题目后面相应的数字上打“√”。数字越大表示越符合/同意。（注意：每题只能选一个答案。）

过去的几周里您在多大程度上体验到如下情感？	从 不	偶 尔	有 时	经 常	总 是
1、活跃的	1	2	3	4	5
2、充满热情的	1	2	3	4	5
3、快乐的	1	2	3	4	5
4、兴高采烈的	1	2	3	4	5
5、兴奋的	1	2	3	4	5
6、自豪的	1	2	3	4	5
7、欣喜的	1	2	3	4	5
8、精神充沛的	1	2	3	4	5
9、感激的	1	2	3	4	5

下面是有体育教师生活满意度的描述，请您根据自己的实际工作情况，在题目后面相应的数字上打“√”1-5 分别对应“完全不同意”到“完全同意”

	完全不同意	不同意	一般同意	同意	完全同意
1、我的生活大致符合我的理想	1	2	3	4	5
2、我的生活状况非常圆满	1	2	3	4	5
3、我满意自己的生活	1	2	3	4	5
4、到现在为止，我能够得到我在生活上希望拥有的重要东西	1	2	3	4	5
5、如果我能重新活过，差不多没有东西我想改变	1	2	3	4	5

下面是有关体育教师关于领悟社会支持的描述，请您根据自己的实际工作情况，在题目后面相应的数字上打“√”1-5 分别对应“完全不同意”到“完全同意”

	完全不同意	不同意	一般同意	同意	完全同意
1、在我遇到问题时有些人（领导、亲戚、同事）会出现在我身旁	1	2	3	4	5
2、我能够与有些人（领导、亲戚、同事）共享快乐与忧伤	1	2	3	4	5
3、我的家庭能够切实具体的给我帮助	1	2	3	4	5
4、在需要时我能够从家庭获得感情上的帮助和支持	1	2	3	4	5
5、当我有困难时有些人(领导、亲戚、同事)是安慰我的真正源泉。	1	2	3	4	5
6、我的朋友们能真正的帮助我	1	2	3	4	5
7、在发生困难时我可以依靠我的朋友们	1	2	3	4	5
8、我能与自己的家庭谈论我的难题	1	2	3	4	5
9、我的朋友们能与我分享快乐与忧愁	1	2	3	4	5
10、在我的生活中有些人（领导、亲戚、同事）关心着我的感情	1	2	3	4	5
11、我的家庭能心甘情愿协助我做出各种决定	1	2	3	4	5
12、我能与朋友们讨论自己的难题	1	2	3	4	5

再次謝謝您的協助，用心填答！謝謝您。