

DOI:10.15918/j.jbitss1009-3370.2016.0513

# 家庭心理需求及其对家庭幸福的影响 ——基于1139个家庭的研究证据

刘玉新<sup>1</sup>, 王学普<sup>2</sup>, 张建卫<sup>3</sup>, 彭凯平<sup>4</sup>

(1.对外经济贸易大学 国际商学院, 北京 100029; 2.北京理工大学 学校办公室, 北京 100081;  
3.北京理工大学 教育研究院, 北京 100081; 4.清华大学 心理学系, 北京 100084)

**摘要:**为考察中国家庭的心理需求,对1139个家庭的样本进行了问卷调查。结果发现:中国家庭的心理需求具有明显的层次差异,从低级到高级的顺序分别是存续、安康、和睦、荣耀和兴旺。此外,主导需求层次处于低端的家庭,低级需求的满足对家庭幸福感具有显著影响;主导需求层次位于高端的家庭,高级需求的满足对家庭幸福感具有显著影响。这种基于中国文化背景下的家庭需求层次理论对建设中国幸福家庭具有独特的意义。基于这一理论,中国的幸福型家庭建设应围绕多个方面展开;在各级政府的评价体系中引入民众幸福;倡导基于责任的婚恋关系;大中小学尝试开展幸福课程计划等。

**关键词:** 家庭心理需求; 家庭幸福; 积极心理学; PERMA 理论

**中图分类号:** G446

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1009-3370(2016)05-0098-07

家庭是社会的细胞,家庭建设不仅关系到每一个体的生活质量与幸福,而且关乎民族的进步与国家的经济发展。如何让GDP的“幸福效应”最大化?破解这一难题,事关“中国梦”的实现。家庭幸福的实践,离不开幸福科学的理论指导。然而,幸福科学的已有理论重在研究“个体”,难以为家庭幸福提供直接的理论依据。“家庭”是群体的一种重要形式,具有不同于个体的特殊心理特点。有的研究者甚至用氢和氧两种元素与水的性质的差异来类比个体与群体的差异<sup>[1]</sup>。要提升中国民众的家庭幸福,必须将西方的幸福科学研究成果与中国家庭实际有机结合,基于中国家庭开展调查和研究,以提出切合中国家庭实际的理论与实践建议。

## 一、“家庭心理需求”与家庭幸福感的 实证研究

家庭作为一种重要的社会基本形式,是一个民族的文化得以传承的重要载体,必然具有鲜明的文化特色<sup>[2-3]</sup>。个体谋求幸福,必须基于个体需要的满足,同样,家庭幸福的建设,也必须基于对家庭心理需求的满足。所谓“家庭心理需求”,是指作为家庭成员的个体,从整个家庭的内在需求出发,而产生的最基本的行为动因。中国家庭如何才能幸福?中

国家有哪些期盼和心理需求?家庭心理需求是家庭及其成员行为活动的重要动力源泉,对探究中国家庭的幸福极为重要。鉴于目前尚未见到国内外关于家庭心理需求的研究文献或测量工具,本文的实证研究从“家庭心理需求”的问卷编制开始。本文依据心理测量学流程编制问卷的过程,也是发现中国家庭心理需求类型、探寻需求之间层级关系的过程。

### (一) 问卷编制及数据收集

问卷的编制经过了访谈、问卷调查等多个不同的阶段。

#### 1. 深度访谈和开放式问卷调查

本文抽取30名员工,进行了有关“家庭”的深度访谈,基于初步的访谈,首先编制出开放式问卷,该问卷试图从不同角度探寻人们对家的感受,例如:“请谈谈您家里的每个成员是如何为家庭在努力着的?他们努力的最大动力是什么?”然后随机抽取120名员工,运用上述开放式问卷进行现场调查,并对调查结果进行汇总、排序,如表1所示。基于上述调研和已有的研究文献,笔者编制了“家庭心理需求”问卷的初稿,再经专业人士的审阅和修改,最终形成由42个题目组成的预测问卷。

#### 2. 预测

从5家企业选取980名被试者进行问卷施测,

收稿日期: 2015-11-02

基金项目: 国家自然科学基金资助项目(71271055); 教育部“新世纪优秀人才支持计划”(NCET-12-0052)

作者简介: 刘玉新(1969—),女,教授,博士生导师,E-mail:liuyx21@263.net

表1 “家庭心理需求”开放式问卷调查结果的分类

类别	含义	举例
兴旺	家庭成员良好的发展和社会适应;子女学业进步、健康快乐	家人事业有发展;生活有奔头;孩子未来有前途
荣耀	整个家庭的“集体”荣誉感、“面子”和尊严	为家庭和父母争光;让家人为自己骄傲
和睦	夫妻恩爱、家人之间亲密融洽	夫妻感情基础好;家人互相包容体谅
安康	家庭的安全需求、平安和身心健康需求	经济安全感;心理安全感;夫妻关系的安全感;身体健康、心理也健康
存续	包括“生存”和“繁衍”后代两大需求	生儿育女;一日三餐,衣食无忧;老有所养

最终回收有效问卷 902 份。其中男性占 64.96%, 女性占 35.03%; 30 岁以下者占 5.4%, 30~50 岁者占 72.94%, 51 岁以上者占 21.61%; 已婚者占 93.5%, 未婚者占 4.55%, 离异者占 2.00%; 子女状况的分布是, 独生子女家庭占 52.24%, 多子女家庭占 3.70%, 无子女者占 4.00%。对 42 个题目进行探索性因素分析, 采用主成分分析和正交旋转法, 删除负荷小于 0.40 或者同时在两个及其以上因素上有较高负荷的题目。最终确定了 36 个题目, 提取出 5 个因素, 累计解释率为 55.09%。对各因素的命名为: “兴旺”(11 题)、“荣耀”(8 题)、“和睦”(7 题)、“安康”(5 题)和“存续”(5 题)。问卷采用里克特五点等级量表, 用 1~5 分别代表“完全不符”~“完全符合”。每个维度的值是各条目的平均值。各维度的 Cronbach  $\alpha$  信度在 0.86~0.91 之间。

### 3. 正式施测

在全国 9 个城市的 13 家企业, 共发放问卷 1 252 份, 最终回收有效问卷 1 139 份。其中, 男性占 61.98%, 女性占 38.02%; 已婚者占 93.06%, 未婚者占 2.63%, 离异者 4.30%; 有子女者 92.98%, 无子女者 7.02%。施测的内容包括“家庭心理需求”和“家庭幸福感”两大方面, 均利用企业内训的机会集中施测。先填写 36 题的“家庭心理需求”问卷, 中间集体观看时长约 1.5 个小时的“自然奇观”影片, 然后完成 8 个题的“家庭幸福感”问卷。“家庭幸福感”问卷, 采用坎贝尔(Campbell)的“幸福感指数量表”<sup>[4]</sup>。本文运用验证性因素分析, 检验了“家庭心理需求”问卷的效度。除了验证上述五因素模型之外, 我们还将“兴旺”和“荣耀”合并为一个因素, 检验了“四因素模型”。结果发现, “五因素模型”各项指标理想, 且均优于其他两种模型, 证明了它是比较理想的家庭心理需求结构模型, 如表 2 所示。

表2 家庭心理需求问卷的验证性因素分析结果(N=1 139)

模型	$\chi^2$	df	$\chi^2/df$	CFI	NFI	RFI	RMSEA
虚无模型	12 094.11	666	18.16				
四因素模型	3 463.32	588	5.89	0.88	0.87	0.89	0.081
五因素模型	1 728.64	584	2.96	0.97	0.97	0.96	0.047

## (二) 基于心理需求的家庭类型分析

为便于进一步深入分析中国家庭心理需求及其与家庭幸福感的关系, 运用 K 均值聚类分析(K-Means Cluster), 将全体家庭聚为 3 类 ( $F$  最小为 29.65, 所有  $p < 0.001$ ), 具体结果如图 1 所示。

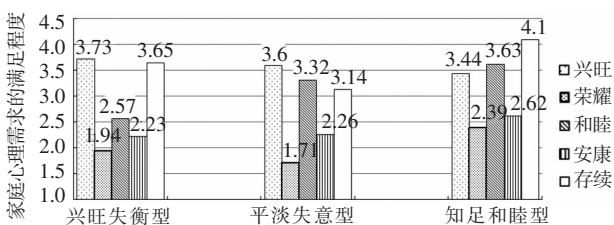


图1 3种类型家庭的心理需求满足状况对比图

依据 3 类家庭心理需求的满足特征, 分别将其命名为“兴旺失衡型”(349 户)、“平淡失意型”(321 户)和“知足和睦型”家庭(469 户)。从图 1 中不难发

现, “兴旺失衡型”家庭的“兴旺”水平相对最高, “存续”需求也有中等水平的满足, 但“和睦”水平显著低于其余两组, 且“安康”和“荣耀”也相对较低。因此, “兴旺失衡型”家庭的成员得到了良好的个人发展和社会认可, 但家人间却少了一些亲密与和谐, “兴旺”并未给家庭带来内心的满足、安全和荣誉感。综合判断, 这类家庭的主导心理需求可能为“兴旺”。“平淡失意型”家庭的突出特征是: “荣耀”较低, 家庭的“荣耀”感不强, 甚至可能“自愧不如”其他家庭。中等的“兴旺”水平说明此类家庭的成员发展状况一般, 一切较为平淡。综合判断, 这类家庭的主导心理需求处于“荣耀”和“兴旺”层次, 即进入到家庭心理需求层次的高端——“发展性需求”的层面。“知足和睦型”家庭 4 种需求都高于另外两种家庭, “和睦”水平较高, 但“兴旺”相对较低。从图 1 可

见,这类家庭“存续”需求也得到了较好满足,可谓衣食无忧。不仅如此,他们虽然“兴旺”一般,甚至低于另外两类家庭,但“荣耀”却显著高于另外两类家庭,因此,这类家庭“知足”且“和睦”。综合判断,这类家庭的主导心理需求为“和睦”。

### (三)家庭心理需求对幸福感的影响

为了深入细致地揭示5种家庭心理需求对幸福感的影响,在控制年龄、性别、婚姻和子女状况4种人口学变量之后,考察了各类家庭心理需求对幸福感的影响。首先,针对全体家庭的层级回归分析发现,除“存续需求”外,其余4种心理需求均进入回归方程(所有的 $p<0.001$ ),解释率为18%。接着,同样控制上述4种人口学变量,对3类家庭分别进行层级回归分析发现,“兴旺失衡型”家庭,对家庭幸福最重要的预测变量是“兴旺”( $\beta=0.23, p<0.001$ )和“安康”( $\beta=0.18, p<0.01$ )两种需求,解释率为13%;对“平淡失意型”家庭,最重要的预测变量是“兴旺”( $\beta=0.22, p<0.001$ )和“荣耀”( $\beta=0.16, p<0.01$ )两种需求,解释率为13%;对于“知足和睦型”家庭,对家庭幸福最重要的预测变量是“和睦”( $\beta=0.17, p<0.01$ )需求,解释率为7%。

结合上文的分析可以发现,主导需求层次为“兴旺”的“兴旺失衡型”家庭,非常重视兴旺,甚至可能为追求“兴旺”付出了“安康”的代价,因此,对这类家庭幸福感最具影响力的心理需求分别是“兴旺”和“安康”。“平淡失意型”家庭,主导需求层次已进入高端的“发展性需求”(“荣耀”和“兴旺”)层面,这类家庭心怀梦想,追求家庭的荣耀和兴旺,但家庭发展的现状却让他们感到不尽人意,甚至可能有些失意的苦闷。因此,“兴旺”和“荣耀”对这类家庭的幸福感至关重要。“知足和睦型”家庭的主导需求层次为“和睦”,对这类家庭而言,一家人平平安安、衣食无忧地在一起过日子,融洽亲密的家庭关系是他们最大的幸福所在。上述结果证明,家庭心理需求与家庭的幸福感存在差序关系:主导需求层次处于低端的家庭,低级需求的满足对家庭幸福感有显著影响;主导需求层次位于高端的家庭,则高级需求的满足对家庭幸福感有显著影响。

然而,就提升幸福感而言,本研究发现,“兴旺失衡型”“平淡失意型”和“知足和睦型”3类家庭幸福感的“平均值+标准差”分别为“ $7.16+1.73$ ”“ $7.28+1.69$ ”和“ $7.78+1.75$ ”(该量表的得分范围在2.1~14.7之间),方差分析(ANOVA)显示,3类家庭的幸福感差异显著( $F(2, 1117)=14.95, p<0.001$ )。两两比较的结果显示,“知足和睦”型家庭的幸福得分显著高于

另外两类家庭,另两类家庭彼此之间的幸福感差异不显著。换言之,主导需求层次位于低端的“和睦”需求的“知足和睦型”家庭,其幸福感显著高于主导需求层次位于高端的另外两种家庭。不难理解,由于每个家庭的价值观和追求不同,追求和睦的家庭,其需求相对容易满足,而追求荣耀和兴旺的家庭,其心理需求的满足不仅取决于家庭成员自身,而且依赖于外部因素,因此更难得到满足。正因如此,主导需求层次处于低端的家庭,其幸福感反而可能高于主导需求层次位于高端的家庭。由于家庭的文化和价值观不同,导致不同类型家庭的幸福源泉不尽相同,但总体而言,“安康”“和睦”“荣耀”和“兴旺”4种家庭需求对家庭幸福都具有显著的影响,努力提升这4种需求的满足水平,就可能增进家庭的幸福。换言之,本研究的上述发现为中国建设幸福型家庭提供了重要的科学依据,可将这4种需求作为各级政府和有关部门努力的方向。

## 二、家庭心理需求及其对家庭幸福影响的理论解析

与个体需求相比,家庭心理需求具有3个特征:其一,该需求并非源于个体自身,而是源于家庭。其二,比个体需求更具有文化特异性。其三,与个体需求存在不同程度的关联。上述基于中国家庭的大面积调研发现,中国家庭的心理需求不仅多样,而且具有层次递进性。家庭主导需求的层次及其满足的程度,对家庭的幸福感及其层次具有重要的影响力。

### (一)5种家庭心理需求的内涵

基于中国家庭的上述调研发现,中国家庭共有下列5种心理需求。

1. 存续。家庭首要的最基本的需求就是生存与繁衍。古今中外,男女老少,人们首先要在家庭中维持基本的生存,满足人类最基本的“食、色、性”等生理需要。家庭使孩子得到抚育、老人得到奉养。除生存之外,繁衍后代也是家庭的基本需求。孟子说:“不孝有三,无后为大。”近些年来,中国家庭的生育意愿虽呈下降趋势,但试管婴儿、借腹生子等比例的大幅增长,不仅说明了人们生育观念日趋理性,而且也是对这一需求“刚性”的注脚<sup>①</sup>。

2. 安康。家庭心理需求的第二层是“安康”需要,主要指安全、安宁、平安与健康的心理需求。我们的研究发现,在剧烈变革的社会背景下,中国家庭“安康”需求的内涵格外丰富,既包括应对家庭收入波动的经济保障的需求,还包括夫妻关系方面的情感安全需求;既有社会变革中家庭对安宁的渴望,更

有中国家庭自古以来就格外关注的平安和身体健康的诉求。此外,中国家庭的“安康”需求尤其突出。无论是风平浪静,还是天灾人祸降临,家庭都像“港湾”“救生筏”“消防队”,其“安康”功能愈发坚不可摧。中国绵延数千年的历史反复证明,每当发生自然灾害或战争,致使社会秩序崩溃、政府力所不能及之时,大家庭内部的“投亲靠友”往往发挥着不可低估的救济与安康功能。

3.和睦。家庭心理需求的第三层是“和睦”需求,主要指家庭对成员间人际关系和情感方面的需求。具体而言,它既包括家庭成员之间基本的和谐、和睦与关怀体谅,也包括夫妻间的亲密与感情慰藉。“家和万事兴”“家道和顺”表明中国自古重视家庭的祥和,并将其视为家庭的重要诉求。“家道和顺”意味着父母之间、子女之间、夫妻之间、兄弟之间的友爱和扶持、和谐包容。国外关于家庭功能的多种理论,如奥尔森(Olson)等(2000)提出的环状模式(circumplex model)理论<sup>⑥</sup>,也都论及家庭成员的情感卷入或沟通等的重要作用。

4.荣耀。家庭心理需求的第四层“荣耀”需求,指的是家庭成员共同的荣誉感。“家丑不可外扬”就是这种需求的突出体现。中国家庭成员的“一体感”较强,情感纽带较紧密,成员个体的行为被视为事关整个家庭荣辱的大事。在中国古代,“光宗耀祖”成为家庭成员努力工作的重要动力。时至今日,“给父母争光”“为家庭争光”仍然是许多人努力学习和奋斗的精神动力,“争光”就是争“面子”,“荣耀”本质上就是家庭的“面子”需要。

5.兴旺。家庭心理需求的最高层是“兴旺”。本研究发现,中国家庭的最高追求“兴旺”包括两方面的内涵,一是子女得到良好的培养和教育,有光明的前途和未来;二是家庭的经济支柱与骨干成员有良好的社会适应与发展,整个家庭蒸蒸日上。重视子女教育是中国的悠久文化传统,“望子成龙”在今天仍然是每个家庭期盼和追求的目标。子女的前途甚至被视为检验家庭“兴旺”最关键的标尺。此外,胸怀天下,建功立业,素来就是中国家庭教育子女要努力追求的目标和理想。在儒家文化看来,“修身、齐家”本身不是目的,它们只是通达“治国、平天下”基础和路径,后者才是中国家庭倡导和追寻的最高目标与境界。而“治国、平天下”的新时代内涵是指:家庭骨干拥有更高的社会地位、得到更多的社会认可、取得更大的社会成就,则成为许多家庭孜孜以求的“兴旺”目标。

不难看出,当今中国家庭的心理需求仍然具有

明显的本土文化色彩。如“存续”需求,虽然符合人类家庭共同的基本需求,但也是儒家文化重视嗣续繁衍的思想在新时代的延续。此外,无论是“和睦”“荣耀”还是“兴旺”需求,其深层仍具有传统家庭“一体化”的某些倾向,即家庭成员与家庭合二为一,密不可分;家庭成员之间也在方方面面彼此渗透、高度融合。时至今日,“坑爹”“拼爹”成为网络热门词汇,其实是网络时代家庭“一体化”特征的体现。

## (二)家庭心理需求的层级递进关系

关于这5种需求的内在关系,我们提出如下理论观点,希望抛砖引玉,期待着学术界同仁能就此展开进一步的实证研究和探讨,共同推动中国家庭需求及幸福的理论建设。

上述5种家庭心理需求是一个彼此关联的系统,彼此间存在层次递进性。每一特定的时间点,每个家庭只有一种从低到高逐渐出现的最强烈的心理需求,称之为主导需求。根据主导需求出现的先后顺序,家庭从低到高的心理需求分别是存续、安康、和睦、荣耀和兴旺。低级需要首先出现,当低一级的需求得到基本满足之后,高一级的家庭需求就会产生。家庭的低级心理需求与高级心理需求处于一个连续统一体中,随着需求层级的上升,人类的独特性也愈发明显。无论是“荣耀”和“兴旺”等高级心理需求,还是“存续”“安康”等低端的家庭心理需求,都具有浓厚的民族及文化色彩。这5种心理需求不仅能够解释中国家庭及其成员的行为动机,而且能够引领中国家庭不断发展和完善,日益追求更高层次的需求。例如,一个夫妻收入都不高、且刚刚在大城市组建的农民工小家庭,由于家庭立足未稳,其主导需求为“存续”。而另一个家庭,夫妻都有名校博士学位,工作多年,事业有成,孩子已上初中,他们有强烈的发展个人事业、把孩子培养成才的愿望,其主导需求则为“兴旺”。

5种需求的层次递进关系并非机械刻板的,而是具有适度的灵活性。对一个特定家庭而言,高级需求的出现,无须依赖于低级需求百分之百的满足。新的高一级需求,并非突然和跳跃式地出现,而是随着低一级需求满足程度的上升,缓慢地、从无逐渐到有、从低逐渐到高地显露出来。只有低一级家庭需求得到部分满足之后,高一级需求才能跃升主导地位,成为家庭行为的决定性因素。简言之,家庭主导心理需求之间的转换关系,既非无章可循,也非刻板固着,而是在遵循规律中具有适度的灵活性。

家庭心理需求以及上述层级递进关系,受到家庭的价值观和文化的制约与调节<sup>⑦</sup>。人类及其家庭

具有生物性、社会性、文化性和能动性<sup>[8]</sup>。一个健康的、社会适应良好的家庭,在家庭生命周期的空巢早期甚至中期之前,其心理需求的发展均应呈螺旋式上升、波浪式前进的态势<sup>[9]</sup>。若家庭的价值观没有将其导向高级的荣耀和兴旺需求,则该家庭可能在低端的某一层需求上停滞不前,甚至会在低端的存续和安康需求领域无限地膨胀,从而将家庭引向颓废和堕落<sup>[10]</sup>。

### (三)家庭心理需求与家庭幸福的关系

家庭主导需求的层级直接决定了家庭幸福的层级。5种心理需求可分为两大类,“存续、安康与和睦”需求,属于家庭的缺失性需求,它们处于家庭需求金字塔的底部,是家庭首当其冲的追求目标。这3种需求的满足奠定了家庭幸福的根基,能够带给家庭一种基本的快乐,可能会让家庭在平平淡淡的生活感受到幸福。相反,若这类需求未能得到最基本的满足,则家庭很难感受到幸福。“荣耀与兴旺”需求,则属于家庭的发展性需求,它们处于金字塔的顶端,是家庭的高级“精神”需求,它们的满足状况决定了家庭幸福的层次与质量。

此外,5种家庭需求,与幸福元素内在契合,追求需求满足的过程,就是获得家庭幸福的过程。这5种家庭心理需求,契合了积极心理学“PERMA理论”中的多种元素<sup>[11][15]</sup>。“存续和安康”是家庭最低层次的基本需要,俗话说“贫贱夫妻百事哀”,家庭衣食无忧、健康平安无疑有助于增进家庭的满足感和“积极情绪”(契合了“Positive Emotion”即“P”元素)。“存续和安康”事关家庭的基本幸福,但如果需求满足仅仅停留在这一层级,这个家庭的幸福感是有限的。作为家庭轴心的夫妻关系及整个家庭的和睦水平,则直接决定着家庭能否在幸福的阶梯上成功“晋级”。亲密的家庭关系、高质量的婚姻本身也都昭示着家庭的幸福。家庭的“和睦”需求契合了PERMA中的人际关系(“Relationship”即“R”元素)。“荣耀和兴旺”则是家庭的高端需要,它们的满足程度,决定着家庭能否通达幸福金字塔的顶峰。这其中,无论是家庭追求“荣耀”,还是追求社会认可,以满足“兴旺”需求,都需要家庭及其成员的努力和执着(契合了“Engagement”即“E”元素),同时也包含着家庭的“成就”感(契合了“Achievement”即“A”元素)。此外,“兴旺”需求的另一重要内涵,则是家庭对子女的教育,这是家庭的责任,被视为整个家庭的未来甚至是最高需求。幸福的跨文化研究也发现,与西方不同,东亚人的幸福更多地依赖于职责和履行自己的角色<sup>[12]</sup>。“兴旺”的这一内涵无疑契合

了PERMA中的“M, Meaning”——“意义”元素。综上所述,本研究提出的“家庭心理需求层次”与家庭的幸福层次存在着高度的内在契合性,有望为中国家庭的幸福实践提供重要的理论依据。

## 三、“家庭心理需求”与家庭幸福感研究的实践启示

家庭承载着儿童教育及社会化的重任,家庭幸福事关未来的国民素质与国家竞争力。毫不夸张地说,“家庭幸福”绝非衣食富足之后可有可无的“奢侈品”,而是事关中国国家发展战略的“必需品”。“家庭心理需求层次理论”,以家庭的5种心理需求为核心,在理论上为中国构建幸福家庭指明了实践的方向。

### (一)以家庭幸福为起点,将民众幸福纳入国家和各级政府的评价体系

改革开放为中国民众带来了巨大的经济利益,但单一追求物质和财富,却会让国民付出“幸福”的代价。以牺牲国民幸福为代价的GDP增长,不仅会使经济增长的意义遭到质疑,而且必将严重束缚经济的可持续发展。幸福是人类永恒的主题。早在18世纪,幸福的理念就出现在了某些国家的公共政策与方针中。1793年的法国宪法就宣称:“社会的目标就是共同幸福”。政论家边沁(Bentham)甚至提出,应依据“幸福计算”法(felicific calculus)来估算各种公共政策的“净快乐”,并应以此作为公共政策的选择依据<sup>[13][14]</sup>。近些年来,越来越多的政府开始不约而同地从国家政策和目标的高度来关注“幸福”。法国总统萨科奇宣布将在全国范围对民众的幸福状况展开调查,英国首相的幕僚小组也准备对幸福研究的意义展开调研,以此来指导其公共政策。在大力倡导科学发展观的今天,中国政府迫切需要拓展其考核体系,应将民众幸福作为国家以及各级政府评价体系的核心内容,切实改变“唯经济指标是从”的传统局面。只有当经济发展转化为民众幸福时,才能获取持续发展的动力,也才是真正有意义的“科学发展”。家庭不幸的个体幸福是缺少根基和难以想象的。儒家文化自古就将家庭作为国家和社会的“根基”。中国政府应将家庭幸福纳入对各级政府的考核指标之中,切实推进幸福家庭的建设事业。

### (二)全社会应广泛传播和推广幸福科学的成果

本研究发现,所调查的3类家庭中,两类家庭的幸福感水平还不到总分的一半(总分为14.7,这两类家庭的得分分别为7.16和7.28),得分最高的“知足和睦型”家庭,幸福感也仅仅略微超过总分的一半

(为7.78)。这说明,中国家庭的幸福感仍有很大的提升空间。掌握幸福的科学知识,是提升中国家庭幸福的重要路径。目前,“幸福”仅仅停留在各类媒体的采访与热议中,内容不乏通俗性和娱乐性,但缺乏科学性和系统性,无法有效地指导民众的工作和生活。目前,无论是个体、家庭,还是社会,绝大多数都把“挣钱”看得比“提升幸福”更重要,认为这是获得幸福的必由之路,这种偏颇的观念是影响我们追求幸福的一大障碍。中国政府应大力推行多层次、全方位的幸福计划,应充分发挥互联网时代的优势,要让“幸福”的理念和知识渗透到我们工作和生活的每个角落。在构筑家庭幸福的过程中,核心家庭的夫妻发挥着关键的作用。只有家长拥有了“幸福”的家教理念,家庭教育才能避免“杀鸡取蛋”,孩子们才能享受到童年真正该有的“幸福”。

### (三) 重塑家庭道德文化, 倡导基于责任的婚恋关系

本研究发现,家庭和睦,夫妻亲密对家庭幸福有重要影响。遗憾的是,近年来的大量数据和资料显示,作为现代家庭之“轴心”的夫妻关系,其质量和稳定性连续滑坡,不仅严重影响中国的家庭幸福,而且已经直接威胁到了儿童成长环境的健康和稳定。科学研究证明,成功的婚姻能够给孩子带来持久的幸福感,而婚姻的破裂则会导致夫妻双方连续数年幸福感持续下降,同时会给孩子带来严重的困扰<sup>[13]54</sup>。上述研究显示,和谐婚姻的价值重大,意义深远,值得我们高度重视。本研究也发现(如图1所示),中国家庭的安全感不足,其中对夫妻忠诚和婚姻稳定性的担忧是影响安全感的重要因素。衣食富足之后,某些人为了追求所谓的“幸福”,心安理得地放纵自己,最终让家庭离幸福越来越远。新时期的幸福家庭建设,必须摒弃和唾弃那些不包含责任、理智甚至情感的恋爱婚姻关系。基于责任的婚恋关系,不仅意味着婚前选择的慎重,而且包含着婚后的自律和彼此珍惜。

### (四) 大、中、小学可尝试开展幸福课程计划

本研究发现,孩子的幸福成长是中国家庭的最高需求之一,对中国家庭的幸福具有决定性意义。除了给孩子提供健康丰富的环境之外,可否培养孩子的“幸福能力”?塞利格曼(2012)在长达20年的时间里,用严格的实证研究方法证明,幸福是可教、可学的<sup>[11]81-92</sup>。鉴于中国的具体情况,可在有条件的学校,逐步试点幸福课程计划。在中小学,可酌情围绕“幸福”元素,开设独立的课程,采用灵活多样的互动

式教学方式,开展“感恩”“优势”“人生意义”“积极人际关系”和“积极情绪”等主题的教学活动。对大学生,则可开设专门的“幸福学”选修课,宣讲和实践幸福科学的最新研究成果。此外,大中小学都可根据学生的年龄特点,提供实践性的团体“幸福”辅导活动。另外,也可将“幸福”嵌入和渗透到日常各门课程及学校生活中。只要课程真正适合学生的心理和年龄特点,这一浸润心灵的课程,一定会唤起各年龄学生的共鸣,成为学生最宝贵的精神食粮之一。

### (五) 政府应鼓励企事业单位逐步实施家庭友好计划

本研究发现,“存续”“安康”与“和睦”都是中国家庭首先需要满足的基本心理需求。然而,由于双职工家庭在中国极为普遍,夫妻双方的工作因素已经对中国家庭的生育、健康和夫妻关系带来了诸多负面影响。“聚少离多”成为报刊媒体阐述夫妻离异原因时的高频词汇,直接反映出中国民众的工作对家庭幸福的影响。当工作对家庭产生影响时,家庭也会反作用于工作,从而影响生产率、离职率和工作满意度<sup>[14]</sup>。因此,无论是为员工家庭幸福着想,还是从组织自身的利益出发,各级组织都应逐步尝试推行“家庭友好计划”。家庭友好计划,是指组织所推行的旨在平衡工作家庭冲突的各类措施或计划,常见的有弹性工作制、支持计划与家庭休假等。其中,“弹性工作制”包括时间弹性(如错峰上下班、压缩工作周)和地点弹性(如远程办公)。“支持计划”包括了子女托管福利计划和生活咨询服务等,“家庭休假”则主要指给予父母双方的产假和育儿假等。研究发现,家庭友好计划能够带来更高的心理承诺和更低的离职意愿<sup>[15]</sup>。就中国目前的实际情况而言,政府应大力倡导企事业单位实施各种类型的弹性工作制,如错峰上下班,或者允许员工将工作带回家完成。在网络高度发达、拥堵和污染日益严重的今天,弹性工作制非常值得中国政府向各单位提倡。其实,家庭友好计划的益处不仅仅在于为员工谋幸福、节约公共资源等,它还关乎一个国家下一代的人才素质和国民竞争力。研究证明,婴儿0~6个月内亲子互动的质量影响着童年中期的认知能力。一些发达国家的政府强制企事业单位提供无薪或带薪假期,正是基于政府对早期教育的关键性及重要性的深刻认识。一些国家明确要求企业为新生儿父母提供平均10个月的带薪假期<sup>[13]60</sup>。上述理念和做法非常值得中国政府及各级主管部门思考和借鉴。

## 参考文献:

- [1] BROWN R. 群体过程[M]. 胡鑫,庆小飞,译. 北京:中国轻工业出版社,2007:3.
- [2] KILLIAN T,LAWRENCE H G. Ideology,context,and obligations to assist older persons[J]. Journal of Marriage and Family,2002,64(4):1080-1088.
- [3] HONDA J,NAKAI Y,KAKAZU S,et al. Factors affecting the perception of family functioning among couples in child-rearing Japanese families[J]. Open Journal of Nursing,2015,05:407-415.
- [4] 汪向东. 心理卫生量表评定手册[J]. 中国心理卫生杂志(增刊),1993(7):83-84.
- [5] 潘泽全. 现代家庭功能的变迁趋势研究[J]. 学术交流,2005(1):131.
- [6] OLSON D H. Circumplex model of marital and family systems[J]. Journal of Family Therapy,2000,22(2):144-167.
- [7] OSHRI A,LUCIER-GREER M,O'NEAL C W,ARNOLD A L,MANCINI J A,FORD J L. Adverse childhood experiences,family functioning,and resilience in military families;a pattern-based approach[J]. Family Relations,2015,64:44-63.
- [8] 刘邦春. “和平餐桌”心理学:马斯洛的和平心理关切[J]. 心理科学进展,2010(7):1193-1198.
- [9] ELIANA H,RIENKS S L,HANNAH B,WADSWORTH M E,MARKMAN H J. Exploring the role of ethnic identity in family functioning among low-income parents[J]. Journal of Community Psychology,2015,43,545-559.
- [10] 骆风. 试论和谐社会建设中的家庭道德问题[J]. 广州大学学报(社会科学版),2008(12):30-33.
- [11] 马丁·塞利格曼. 持续的幸福[M]. 赵昱鲲,译. 杭州:浙江人民出版社,2012.
- [12] SUH E,DIENER E,OISHI S,et al. The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures:emotions versus norms[J]. Journal of Personality and Social Psychology,1997,74(4):82-93.
- [13] 德雷克·博克. 幸福的政策[M]. 许志强,译. 沈阳:万卷出版公司,2011.
- [14] 刘玉新. 工作压力与生活——个体应对与组织管理[M]. 北京:中国社会科学出版社,2011:285-305.
- [15] RHOADES L,EISENBERGER R. Perceived organizational support:a review of the literature[J]. Journal of Applied Psychology,2002,87(4):698-714.

## Family's Psychological Needs and Their Impacts on Family Happiness —Empirical Evidence from 1 139 Families

LIU Yuxin<sup>1</sup>, WANG Xuepu<sup>2</sup>, ZHANG Jianwei<sup>3</sup>, PENG Kaiping<sup>4</sup>

(1. School of International Business, University of International Business and Economics, Beijing 100029, China;

2. The School Office, Beijing Institute of Technology, Beijing 100081, China;

3. Institute of Education, Beijing Institute of Technology, Beijing 100081, China;

4. Department of Psychology, Tsinghua University, Beijing 100084, China)

**Abstract:** Study of family's psychological needs is of great importance to improve family happiness. Based on a national questionnaire survey of 1139 Chinese families, the study found that the Chinese families have five hierarchies of psychological needs, which are existence and reproduction, safety and health, harmony, glory and prosperity, ranging from the lower to the higher level. These five psychological needs emerge in a progressive way with the higher-end needs dominating only after the lower-end needs have been satisfied to a certain degree. Results of the regression analyses indicated that these five kinds of needs related to family happiness in a hierarchical way: lower-end needs were found to be significantly related to the happiness of family whose dominating need was at the lower end, while for those families whose dominating need was at the higher end. The higher-end needs were found to be significantly related to their happiness. The Theory of Family's Psychological Need Hierarchy which is based on Chinese cultures has unique implications for building happy families in China. According to this theory, the following approaches should be taken to achieve family happiness in China: incorporating people's happiness into the system of government performance appraisal, widely disseminating and promoting the achievements of the science of happiness, remodeling family moral culture and advocating responsibility-based relationship, implementing different kinds of happiness programs to students of different ages at school. As the Chinese people's happiness is not synchronized with the growth of the national economy, promoting happiness in Chinese family is therefore of great significance in the world today.

**Key words:** family's psychological need; family happiness; positive psychology; PERMA

[责任编辑:宋宏]