

# The Research Status and Prospects of Optimism

Yujie Yang, Mengru Yan

School of Psychology, Southwest University, Chongqing  
Email: yangyujie991@qq.com

Received: Mar. 26<sup>th</sup>, 2017; accepted: Apr. 15<sup>th</sup>, 2017; published: Apr. 18<sup>th</sup>, 2017

---

## Abstract

In the past decades, optimism has become a research focus in the field of Positive Psychology. As a positive expectation for future, optimism makes people look at the positive side of things and keep trying to get good results even they are in trouble. Lots of researches have shown that optimism is beneficial in many life domains. It may relate to the coping style or the perceptual bias of optimists. Future research should focus on the cognitive structure and the antecedents of optimism, finding ways to help people become more optimistic, and concerning the side effects of optimism.

## Keywords

Optimism, Positive Effect, Coping Style, Perceptual Bias

---

# 乐观的研究现状与展望

杨玉洁, 鄢梦茹

西南大学心理学部, 重庆  
Email: yangyujie991@qq.com

收稿日期: 2017年3月26日; 录用日期: 2017年4月15日; 发布日期: 2017年4月18日

---

## 摘要

在过去几十年, 乐观成为积极心理学领域的研究焦点之一。乐观是个体对未来持有的积极期望, 持有这一积极信念的个体即使在困境中也能看到事物的积极面, 付出持续努力, 最终获得好的结果。大量研究表明乐观能够带来诸多益处, 这可能与乐观者的应对方式或知觉偏差有关。未来研究应: 深入研究乐观的认知特点; 探索乐观的前因变量以及提高乐观水平的方式; 最后应注意乐观可能带来的消极影响。

## 关键词

乐观, 积极影响, 应对方式, 认知偏差

Copyright © 2017 by authors and Hans Publishers Inc.

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

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



Open Access

## 1. 引言

随着积极心理学的兴起, 乐观受到越来越多研究者的关注。乐观是个体对未来持有的积极期望, 持有这一积极信念的个体即使在困境中也能看到事物的积极面, 持续付出努力, 最终获得好的结果。其实在积极心理学兴起之前, 研究者已关注到乐观这一积极概念。回顾乐观近三十年来的研究, 其研究领域已涉及医学、心理、教育、经济等, 成果丰硕。大量研究结果显示乐观给个体带来益处。例如乐观有利于促进身心健康, 尤其能够降低抑郁情绪; 乐观帮助个体更好地适应环境, 使个体在工作和生活上能取得更高成就; 乐观的心态也能够减少和预防疾病的发生。本文综观国内外有关乐观心理的研究成果, 主要介绍了乐观的概念、测量方法、乐观的益处和作用机制, 以及目前研究存在的问题和未来的研究方向。

## 2. 乐观的概念

乐观是日常生活中的一个大众概念, 人们通常将乐观理解为一种积极的心态。在学术界, 目前对乐观的定义主要有三种取向。

### 2.1. 乐观的气质取向

最早对乐观进行研究的是 Scheier 和他的团队。Scheier & Carver (1985) 认为乐观是一种稳定的人格特质, 是个体对未来普遍的积极的期望, 这种期望涉及个体的整体生活, 而非仅仅是生活的某个领域, 这种乐观又被称为气质性乐观 (Carver & Scheier, 2014)。根据这种定义, 乐观者倾向于期望好事情更多眷顾自己, 悲观者倾向于期望坏事发生在自己身上。这是公认的与乐观的起源和现实生活最为相符的一个概念, 它也在乐观的研究领域中得到最广泛认同和使用。

### 2.2. 乐观的解释风格取向

Peterson 和 Seligman (1984) 认为人们对未来的期待主要源于对过去事件的解释, 乐观是一种解释风格, 是个体对成功或者失败进行归因时表现出来的一种稳定倾向, 并把解释风格分为两种: 乐观解释风格 (Optimistic Explanatory Style, OES) 和悲观解释风格 (Pessimistic Explanatory Style, PES)。乐观解释风格将消极事件归因于外部的、暂时的、具体的因素, 将积极事件归因于内部的、稳定的、普遍的因素; 悲观解释风格将积极事件归因于外部的、暂时的、具体的因素, 将消极事件归因于内部的、稳定的、普遍的因素。

### 2.3. 乐观的信息加工取向

Sharot 等人 (2007) 从信息加工的角度来定义乐观, 指出乐观是人们认识世界时存在的一种普遍的认知偏差。人们总是期望未来是好的, 即使并没有足够证据来支持这种期望, 例如在对未来事件进行评估时, 个体更容易夸大事件的积极结果, 而忽视其他可能的消极结果。Sharot 等 (2011) 的研究发现, 这种认知偏

差发生在信息加工阶段, 人们总是偏好注意积极信息, 对消极信息表现出较弱的编码能力。这种观点说明了乐观很有可能是人类进化的结果, 为了更好地生存下去, 人们选择关注积极信息而忽视消极信息。

### 3. 乐观的测量

不同研究者对乐观的内涵具有不同的理解, 因此从各自的角度出发, 采用不同的方式对乐观进行测量。

#### 3.1. 生活定向量表

测量乐观的一种方式是通过直接询问人们对未来生活的期望是好还是坏。Scheier 和 Carver 编制的生活定向量表(The Life Orientation Test, LOT)和修订版(LOT-R)就是采用这种方式来测量乐观的。该测验包含一系列的陈述, 如“我总是乐观地面对未来”、“我很少指望有好事会发生在我身上”, 被试评估他们赞同这些描述的程度。得分越高, 表示个体乐观水平越高。Scheier 和 Carver 主张 LOT 量表是单维度量表, 他们将乐观倾向和悲观倾向视为单一维度上的对立两极, 大多数人都只是处于这一维度上的某个点, 每个人所处的位置都不同, 因此每个人的乐观倾向水平也不同。然而一些研究者并不赞同单因素模型, 他们认为乐观倾向和悲观倾向并非同一维度上的两极。Glaesmer 等(2012)采用验证性因素分析表明, LOT 量表具有两个维度, 乐观与悲观存在较低相关( $r = -0.2$ ), 是两种不同的结构。尽管如此, 乐观结构的一维、二维之争并未停止, 值得更进一步探讨。

#### 3.2. 解释风格量表

Seligman 等(1984)以归因理论为基础, 把乐观看作一种解释风格, 采取归因风格问卷(The Attributional Style Questionnaire, ASQ)来测量。解释风格问卷给被试提供一系列包括积极结果和消极结果的假设事件, 问他们产生每一种结果的主要原因是什么, 并在多点分量表上对这些原因进行归因选择, 包括普遍的和特定的、持续的和暂时的、内在的和外在的。问卷包含 12 个假设事件, 6 个积极事件和 6 个消极事件, 每个事件都需进行一下三种因果关系评估: 内部的一外部的、稳定的一不稳定的、整体的一局部的, 总分越高, 个体解释风格越乐观。然而有研究发现, 对消极事件的稳定归因风格与一般期望的测量只存在中等程度的相关(Ahrens & Haaga, 1993; Peterson & Vaidya, 2001)。因此, 尽管两种测量方式与概念上相似的结果相关, 但是他们不能相互代替。

#### 3.3. 信息转变任务

Sharot (2011)根据乐观的认知偏差定义, 采用一种可操作的方式来测量乐观, 这使得乐观的测量有了实质性的突破。信息转变任务(information updating task)是 Sharot 等(2011)提出一种新的研究乐观的实验范式。其基本思路是首先让被试对事件发生在自己身上的可能性做一次评估 a, 然后给被试呈现该事件发生在与被试相似的其他个体身上的平均可能性 b; 最后, 等被试执行评估完所有的事件之后, 让被试对这些事件发生在自己身上的可能性进行再次评估 c。如果再次评估的可能性低于平均可能性, 即  $c < b$ , 则说明被试进行了乐观的认知调整, 如果再次评估的可能性高于平均可能性, 即  $c > b$ , 则说明被试进行了悲观的认知调整。

Sharot, Kanai 等人(2012)进一步对“信息转变”范式进行了补充, 来控制个体记忆效果对概率事件评估的影响。研究者让被试回忆之前呈现的相应积极和消极事件的概率为  $P(C)$ , 整个过程中, 被试的记忆错误为  $ME(A)$ , 并且研究者发现记忆错误与之前呈现该事件的概率无关, 即发现个体对这些事件存在良好的记忆效果, 个体并不是根据记忆经验对概率事件进行客观评估, 而是以乐观和积极的方式进行概率评估。

## 4. 乐观的益处

大量研究结果表明乐观给人们带来的益处颇丰。这些研究主要集中于健康领域和个人成就领域。最近几年, 研究者在人际关系尤其是亲密关系领域开展乐观的研究, 发现乐观对亲密关系的建立和维持具有积极作用, 这为乐观研究开辟了一个新领域。

### 4.1. 乐观与健康

乐观的研究最早在身体健康领域受到研究者关注。一项为期八年的对妇女的健康调查项目显示乐观者患冠状心脏病和死于该疾病相关原因的可能性更低(Tindle et al., 2009)。相比悲观者, 他们有更强的免疫反应功能(Szondy, 2004)、更快的痊愈速度(Ebrecht et al., 2004)以及更健康的饮食方式(Hingle et al., 2014)。

在心理健康领域, 乐观被认为是心理健康的重要预测变量。研究结果指出越乐观的人越倾向于报告更高水平的生活满意度和积极情绪以及更低水平的消极情绪。许多研究发现成人的乐观和积极情绪或消极情绪有强烈的直接关系, Schweizer 等人(2001)的研究结果表明, 个人乐观与生活满意度呈显著正相关, 和抑郁呈显著负相关。国内研究也表明乐观人格与生活满意度、积极情感具有显著正相关, 与消极情绪具有显著负相关(温娟娟, 郑雪, 2011)。个体乐观倾向越强, 抑郁水平越低(陶沙, 2006)。

### 4.2. 乐观与个人成就

一些研究者对青少年群体进行研究, 发现乐观者在学业上能够取得更好的成就。一项研究发现乐观能够预测学生的学业成绩, 乐观与更少的辍学以及更好社会适应相联系(Solberg Nes et al., 2009)。在考试情境中, 高乐观水平的女生体验较低的考试焦虑, 并获得考试高分。有研究者认为, 这可能是在追求多重目标的过程中, 乐观者能够更好地平衡各目标间努力的付出(Segerstrom, 2006), 例如对高优先目标增加投入, 对低优先目标减少投入(Geers et al., 2009)。还有研究者对乐观与职业生涯成功之间的关系进行了研究, 发现一个人的乐观倾向还影响职业生涯的成功与否(Peterson et al., 1988)。例如 Seligman 和 Schulman (1986)在考察乐观型解释风格与人寿保险公司销售代理绩效表现之间关系时发现, 前两年里, 乐观型解释风格问卷得分排在前 50%的销售代理比排在后 50%的代理多卖出 37%的保险。之后, 研究者对 103 名新进销售代理人员进行一年的追踪调查也得出类似结果, 乐观得分较低(排在后 50%)的销售代理放弃工作的可能性是乐观得分较高(排在前 50%)的同事的两倍。

### 4.3. 乐观与人际关系

人际关系领域是乐观研究的一个新领域。研究者发现, 乐观与一种温暖而略占优势的人际风格相联系, 乐观的男性对自己的人际关系更加满意, 并且拥有更加和谐的夫妻关系(Smith et al., 2013)。相比悲观主义者, 乐观主义者能成功地处理人际关系危机, 而且他们的孩子也具有更好的适应性(Heinonen, et al., 2006)。

有研究者将焦点转向亲密关系领域, 发现乐观作为一种稳定的人格特质, 对亲密关系具有促进作用。Srivastava 等(2006)对 106 对情侣进行问卷调查, 结果显示, 在乐观水平上得分高的被试对亲密关系有较高满意度, 并且乐观者的伴侣也报告更高的亲密关系满意度, 一年后对这些情侣的关系状况再次进行调查, 发现乐观能显著预测一年后情侣的关系维持状况。Neff 和 Geers (2013)采用日记法(Daily diary)对 52 (N = 104)对新婚夫妻进行为期 12 天的追踪研究, 发现个体的乐观水平越高, 对婚姻的幸福感也越高。一年后的追踪研究显示, 高乐观者婚姻幸福感下降较少。Smith 等(2013)的研究结果表明乐观与更好的婚姻适应相联系, 乐观预测婚姻关系的改善。乐观与婚姻适应的关系不是简单的期望效应, 而是乐观这一人格

特质的结果。

## 5. 乐观如何带来益处?

众多研究证明了乐观在生理、心理、学业、人际关系等领域给人们带来诸多益处,那么乐观是如何使这一切发生的呢?目前主要有两种观点来解释乐观的益处。

### 5.1. 乐观与应对方式

乐观是如何给个体带来益处的?一个可能的解释是乐观者和悲观者处理逆境的方法不同。在许多方面,这种差异反应在应对方式上。即乐观的人即使遇到困难也继续努力;悲观者遇到困难尝试逃避,甚至放弃。例如,在冠状动脉搭桥手术后,比起悲观病人,乐观的病人更可能参加心脏康复项目,摄入维生素和吃低油脂的食物。另一项对女性患乳腺癌患者的研究着重考察了两种应对反应:斗争精神(面对癌症并试着打败它)和无助,这两种对方式在乐观与一年后的生活质量间起中介作用(Schou et al., 2005)。Nes 和 Segerstrom (2006)的元分析显示,面对压力情景,乐观者与悲观者应对方式的差异主要表现在以下四个方面:乐观者倾向于面对问题、接受现实、坚持目标、问题聚焦;而悲观者倾向于逃避问题,否认现实、放弃目标、情绪聚焦。应对方式影响个体的主观幸福感和生活质量被大量研究证实,因此,乐观者比悲观者有更好的心理结果部分是因为他们应对方式上的差异。

### 5.2. 乐观与知觉偏差

除了应对方式,还有研究者将关注点转向乐观者的认知特点上。已有研究表明乐观者对信息存在积极偏好,甚至在信息加工的无意识阶段——信息的选择和编码阶段,这种偏好就已经发挥作用。Segerstrom (2001)在情绪的 stroop 任务中发现,高水平的乐观与对积极词汇注意偏差的增加正相关,与对消极词汇注意偏差的减少负相关,在控制情绪变量后,相关依然显著。Karademas 和他的团队(2007)在注意偏向的研究中发现高气质乐观者更偏好注视快乐的词汇。Peters 等人(2016)对 56 名被试进行眼动追踪,发现高气质乐观者对快乐表情注视时间较长,而对愤怒、痛苦的表情的注视时间较短。乐观者在社会认知过程中也存在知觉偏差。社会认知领域的研究表明,乐观者进行信息判断时,容易出现知觉偏差。比起悲观者,他们更倾向于高估积极事件发生的可能性,低估消极事件发生的可能性,表现出更大的积极偏差(Davidson & Prkachin, 1997; 陈瑞君, 2012)。Sharot 等人(2011)对乐观的脑机制进行探索,发现乐观可能与消极信息编码过程的减弱以及消极信息的更新失败有关。乐观与知觉偏差的研究表明,乐观是一种具有认知成分的人格特质,它影响个体如何观察自己及周围环境,如何加工输入信息以及如何根据这些信息做出决定。

总之,面对困境,乐观者采用积极的应对方式,付出持续努力克服困难,这让他们更容易获得好的结果。然而,乐观者与悲观者在信息加工和社会认知上表现出的差异说明乐观是一种具有认知特点的人格特质,它影响人们如何观察自己及周围环境,如何加工输入信息以及如何根据这些信息做出决定。面对相同情境,乐观者更倾向于对外部输入进行积极解释,从而表现出更多适应性的行为方式,对积极信息的认知偏好可能是乐观为人们带来益处更为本质的原因。

## 6. 乐观总是好的吗?

乐观总是好的吗?在某些情况下,乐观是否会给人们带来损失?这是研究者一开始就关注到的问题。一些研究者认为乐观可能给人们带来损失的情况是存在的,因为过度乐观可能导致人们低估潜在威胁或者高估自己的应对能力,从而导致糟糕的结果。确实有部分研究证明了乐观的不利影响。例如一项关于赌博的研究发现,相比悲观者,乐观者对赌局结果有更多的积极期望,并且在输掉赌局后表现出较低的

减少赌注的意愿(Gibson & Sanbonmatsu, 2004)。研究中的被试实际上没有赌博问题,但是这个结果说明了在赌博情景下乐观可能带来的问题。还有一项研究显示,具有较低乐观水平的创业者在新的创业实践中有更好的表现(表现定义为员工的成长和收入)(Hmieleski & Baron, 2009)。然而这项研究有一个样本问题:创业者通常是一个群体中特别乐观的人。研究者认为低乐观预测更好的创业表现,说明乐观可能在一些情景中有曲线效应,这值得进一步研究。

## 7. 小结与展望

本研究从以下几个方面进行了回顾:乐观的定义与测量方式;乐观给人们带来的积极影响以及乐观通过何种方式影响人们的生活,大部分研究都表明乐观是一种令人向往的特质。但是从现有研究看来,还存在一些不足。

首先,研究者对乐观概念的研究还未达成共识。气质取向将乐观看作一种期望,解释风格取向将乐观看作一种归因风格,信息加工取向则将乐观看作一种认知偏差,三种取向从各自的角度展开研究,但应看到这三种取向有相互交汇的地方,即都强调了乐观的认知特点。未来研究应该注意对三种取向之间的相互联系进行探讨,从认知方面深化乐观研究。

其次,关于乐观的结果变量方面已展开了大量研究,众多研究表明乐观是一种心理资源,对人们的生活产生积极影响。然而关于乐观前因变量方面的研究,目前还少有研究涉及。人们的乐观来源于哪里?那些对生活充满悲观情绪的人们,该如何提高他们的乐观水平?这些问题都是未来研究应该关注的。

最后,有研究表明乐观并非总能为人们带来益处,乐观也有消极作用。在诸如赌博的风险情景中,过于乐观似乎会让人们低估风险,或者高估自己应对风险的能力,从而导致损失。人们在生活中总是面临各式各样的风险,如健康风险、投资风险、创业风险等等,在这些风险情景中,乐观究竟会给人们带来收益还是损失?这也是未来研究的方向之一。

## 参考文献 (References)

- 陈瑞君(2012). 不同情境中乐观偏差及其影响因素. 博士论文, 西南大学, 重庆.
- 陶沙(2006). 乐观, 悲观倾向与抑郁的关系及压力, 性别的调节作用. *心理学报*, 38(6), 886-901.
- 温娟娟, 郑雪(2011). 大学生气质性乐观, 解释风格与主观幸福感的关系研究. *心理研究*, 4(5), 90-96.
- Ahrens, A. H., & Haaga, D. A. (1993). The Specificity of Attributional Style and Expectations to Positive and Negative Affectivity, Depression, and Anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 17, 83-98. <https://doi.org/10.1007/BF01172742>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional Optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18, 293-299. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>
- Davidson, K., & Prkachin, K. (1997). Optimism and Unrealistic Optimism Have an Interacting Impact on Health-Promoting Behavior and Knowledge Changes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 617-625. <https://doi.org/10.1177/0146167297236005>
- Ebrecht, M., Hextall, J., Kirtley, L. G., Taylor, A., Dyson, M., & Weinman, J. (2004). Perceived Stress and Cortisol Levels Predict Speed of Wound Healing in Healthy Male Adults. *Psychoneuroendocrinology*, 29, 798-809. [https://doi.org/10.1016/S0306-4530\(03\)00144-6](https://doi.org/10.1016/S0306-4530(03)00144-6)
- Geers, A. L., Wellman, J. A., & Lassiter, G. D. (2009). Dispositional Optimism and Engagement: The Moderating Influence of Goal Prioritization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 913-932. <https://doi.org/10.1037/a0014830>
- Gibson, B., & Sanbonmatsu, D. M. (2004). Optimism, Pessimism, and Gambling: The Downside of Optimism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 149-160. <https://doi.org/10.1177/0146167203259929>
- Glaesmer, H., Rief, W., Martin, A., Mewes, R., Brähler, E., Zenger, M., & Hinz, A. (2012). Psychometric Properties and Population-Based Norms of the Life Orientation Test Revised (LOT-R). *British Journal of Health Psychology*, 17, 432-445. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8287.2011.02046.x>
- Heinonen, K., Räikkönen, K., Scheier, M. F., Pesonen, A. K., Keskiivaara, P., Järvenpää, A. L., & Strandberg, T. (2006). Parents' Optimism Is Related to Their Ratings of Their Children's Behaviour. *European Journal of Personality*, 20, 421-

445. <https://doi.org/10.1002/per.601>
- Hingle, M. D., Wertheim, B. C., Tindle, H. A., Tinker, L., Seguin, R. A., Rosal, M. C., & Thomson, C. A. (2014). Optimism and Diet Quality in the Women's Health Initiative. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, *114*, 1036-1045. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2013.12.018>
- Hmieleski, K. M., & Baron, R. A. (2009). Entrepreneurs' Optimism and New Venture Performance: A Social Cognitive Perspective. *Academy of Management Journal*, *52*, 473-488. <https://doi.org/10.5465/AMJ.2009.41330755>
- Karademas, E. C., Kafetsios, K., & Sideridis, G. D. (2007). Optimism, Self-Efficacy and Information Processing of Threat- and Well-Being-Related Stimuli. *Stress and Health*, *23*, 285-294. <https://doi.org/10.1002/smi.1147>
- Neff, L. A., & Geers, A. L. (2013). Optimistic Expectations in Early Marriage: A Resource or Vulnerability for Adaptive Relationship Functioning? *Journal of Personality and Social Psychology*, *105*, 38-60. <https://doi.org/10.1037/a0032600>
- Nes, L. S., & Segerstrom, S. C. (2006). Dispositional Optimism and Coping: A Meta-Analytic Review. *Personality and Social Psychology Review*, *10*, 235-251. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1003\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1003_3)
- Peters, M. L., Vieler, J. S., & Lautenbacher, S. (2016). Dispositional and Induced Optimism Lead to Attentional Preference for Faces Displaying Positive Emotions: An Eye-Tracker Study. *The Journal of Positive Psychology*, *11*, 258-269. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1048816>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (1984). Causal Explanations as a Risk Factor for Depression: Theory and Evidence. *Psychological Review*, *91*, 347.
- Peterson, C., & Vaidya, R. S. (2001). Explanatory Style, Expectations, and Depressive Symptoms. *Personality and Individual Differences*, *31*, 1217-1223.
- Peterson, C., Seligman, M. E., & Vaillant, G. E. (1988). Pessimistic Explanatory Style Is a Risk Factor for Physical Illness: A Thirty-Five-Year Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, *55*, 23-27. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.1.23>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, Coping, and Health: Assessment and Implications of Generalized Outcome Expectancies. *Health Psychology*, *4*, 219-247. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- Schou, I., Ekeberg, Ø., & Ruland, C. M. (2005). The Mediating Role of Appraisal and Coping in the Relationship between Optimism-Pessimism and Quality of Life. *Psycho-Oncology*, *14*, 718-727. <https://doi.org/10.1002/pon.896>
- Schweizer, K., & Koch, W. (2001). The Assessment of Components of Optimism by POSO-E. *Personality and Individual Differences*, *31*, 563-574.
- Segerstrom, S. C. (2001). Optimism and Attentional Bias for Negative and Positive Stimuli. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *27*, 1334-1343. <https://doi.org/10.1177/01461672012710009>
- Segerstrom, S. C. (2006). How Does Optimism Suppress Immunity? Evaluation of Three Affective Pathways. *Health Psychology*, *25*, 653-657. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.25.5.653>
- Seligman, M. E., & Schulman, P. (1986). Explanatory Style as a Predictor of Productivity and Quitting among Life Insurance Sales Agents. *Journal of Personality and Social Psychology*, *50*, 832-838. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.4.832>
- Seligman, M. E., Kaslow, N. J., Alloy, L. B., Peterson, C., Tanenbaum, R. L., & Abramson, L. Y. (1984). Attributional Style and Depressive Symptoms among Children. *Journal of Abnormal Psychology*, *93*, 235.
- Sharot, T., Kanai, R., Marston, D., Korn, C. W., Rees, G., & Dolan, R. J. (2012). Selectively Altering Belief Formation in the Human Brain. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *109*, 17058-17062. <https://doi.org/10.1073/pnas.1205828109>
- Sharot, T., Korn, C. W., & Dolan, R. J. (2011). How Unrealistic Optimism Is Maintained in the Face of Reality. *Nature Neuroscience*, *14*, 1475-1479. <https://doi.org/10.1038/nn.2949>
- Sharot, T., Riccardi, A. M., Raio, C. M., & Phelps, E. A. (2007). Neural Mechanisms Mediating Optimism Bias. *Nature*, *450*, 102-105. <https://doi.org/10.1038/nature06280>
- Smith, T. W., Ruiz, J. M., Cundiff, J. M., Baron, K. G., & Nealey-Moore, J. B. (2013). Optimism and Pessimism in Social Context: An Interpersonal Perspective on Resilience And risk. *Journal of Research in Personality*, *47*, 553-562.
- Solberg Nes, L., Evans, D. R., & Segerstrom, S. C. (2009). Optimism and College Retention: Mediation by Motivation, Performance, and Adjustment. *Journal of Applied Social Psychology*, *39*, 1887-1912. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2009.00508.x>
- Srivastava, S., McGonigal, K. M., Richards, J. M., Butler, E. A., & Gross, J. J. (2006). Optimism in Close Relationships: How Seeing Things in a Positive Light Makes Them So. *Journal of Personality and Social Psychology*, *91*, 143-153. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.1.143>
- Szondy, M. (2004). Optimism and Immune Functions. *Mentalhigiene es Pszichoszomatika*, *5*, 301-320.

<https://doi.org/10.1556/Mental.5.2004.4.2>

Tindle, H. A., Chang, Y. F., Kuller, L. H., Manson, J. E., Robinson, J. G., Rosal, M. C. et al. (2009). Optimism, Cynical Hostility, and Incident Coronary Heart Disease and Mortality in the Women's Health Initiative. *Circulation*, 120, 656-662. <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.108.827642>

期刊投稿者将享受如下服务:

1. 投稿前咨询服务 (QQ、微信、邮箱皆可)
2. 为您匹配最合适的期刊
3. 24 小时以内解答您的所有疑问
4. 友好的在线投稿界面
5. 专业的同行评审
6. 知网检索
7. 全网络覆盖式推广您的研究

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: [ap@hanspub.org](mailto:ap@hanspub.org)