

# 国内外学校幸福感研究评述

蔡盛梁

福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2023年1月9日; 录用日期: 2023年4月4日; 发布日期: 2023年4月13日

## 摘要

青少年学生在学校中面临许多的挑战, 这些挑战会让青少年学生面临许多的压力。了解青少年学生的学校幸福感能够找到应对压力的方法。学校幸福感是基于学生自身并在学校生活过程中与学校的交互作用下产生的主观情绪体验和客观认识评价, 包括学校满意度、在校积极情感和在校消极情感。本文综述了国内外与学校幸福感有关的研究。学校幸福感的研究多为学生群体的问卷研究, 缺少质性研究和实验研究。

## 关键词

学校幸福感, 学校满意度, 在校积极情感

# A Review of Studies on School Well-Being at Home and Abroad

Shengliang Cai

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Jan. 9<sup>th</sup>, 2023; accepted: Apr. 4<sup>th</sup>, 2023; published: Apr. 13<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Young students face many challenges in school, and these challenges will allow young students to face a kind of stress. Learning about school well-being in teenagers can find ways to cope with stress. School well-being is based on the subjective emotional experience and objective awareness evaluation of the students themselves and the school's life process, including school satisfaction, college positive emotions and negative emotions in school. This paper reviews the research of school well-being at home and abroad. The study of school well-being is mostly a questionnaire study of students, and lacks qualitative research and experimental research.

## Keywords

School Well-Being, School Satisfaction, School Positive Emotion

Copyright © 2023 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. 引言

人际敏感性是一种广泛存在的人格特征，与“抑郁倾向人格”存在高度相关。人际敏感性已被证明可以预测抑郁发展的各个方面，包括第一次抑郁发作的发展、孩子出生后 6 个月抑郁的复发以及某些住院患者抑郁症状的复发[1] [2]。高人际敏感性个体面对最大的困扰是在人际交往当中过分关注他人需要从而对自身产生负面影响，常常为人际交往的问题而感到苦恼。大量的实证研究还发现，人际敏感性是心理和身体健康受损的一个心理风险因素[3]。在大学生群体当中，许多的心理问题都是由人际关系造成的，尤其是大一新生[4]。

大学生在大学时期需要面对着各种与人际相关的挑战。大学对于大学生来说是一个十分开放的环境，并且中国大学生有自己独特的特点，面临着与其他同龄人不同的压力，例如学习知识和技能，培养亲密关系，避免孤独，体验浪漫关系，并且大一新生在刚进入大学还需要适应大学生活[5]。因此大学生在大学内不可避免地需要参与各种人际交往当中，高敏感性的大学生可能在大学生活中存在巨大的挑战，了解大学生人际敏感性的影响因素有助于之后对大学生应对人际问题产生启示。青少年时期的学生面临着巨大的挑战，如自身的生理和认知方面发生的巨大变化，在变化的同时，学生需要面对升学带来的学业表现的压力。学校学生在 9 年级后要向普通高中或职业高中过渡。因此，学校过渡前的一段时间可能存在各种压力源，如学习压力、对成绩的担忧和未来规划，这反过来可能会损害学生的学校幸福感。而且随着学校水平的提高，学生的学习成绩变得更加重要，因为成绩是升学和拓宽职业选择的重要条件。主观幸福感是人基于外部环境于事件之上的主观感受。一般认为，幸福感越高的人，能力发挥得越好，心理健康程度越高，而且追求幸福是人类行为的基本动机。随着主观幸福感研究的增多，学者们对更具体环境中的个体幸福感产生兴趣，因此在学校环境中提出了学校幸福感。学校幸福感是学生在学校中所产生的主观幸福感的体验，即学生们根据自己的某些标准在学校这一个生态环境之间的交互过程中所产生的认知和情感上的体验，包括对自身在学校生活中的客观认识、主观上产生的情绪情感的体验，其基本组成部分主要是在校的积极情感和消极情感以及对自身对学校的满意程度，即学校满意度。因此了解学生学校幸福感的相关情况能够帮助发现进一步解决青少年时期学生面对各样学业和心理挑战的方法。

## 2. 学校幸福感的定义

国外学者最早提出学校幸福感这一概念，并且从社会学、认知和情感等不同的角度不断地对其定义进行完善。Konu, Lintonen 和 Rimpel 等人最开始从社会学的角度提出了完整的学校幸福感概念。这个概念包括了四个维度：社会关系、学校条件、自我实现能力以及健康状态。但是他们并没有表明其完整的内涵，只是把它看作是社会关系和自我实现等的整体概念。到了 1984 年，从认知角度 Schuurman 认为学生的主观认知在其中起重要的作用。因此他对学校幸福感的概念进行了改善，提出了学校幸福感的定义：学生对所在学校或者所受教育满意度。在认知领域，学校幸福感经历了深入的研究之后，逐步扩展到

情感领域的研究当中。Van Petegem 的研究最具有代表性。他将学校幸福感定义为：积极情感的获得是基于个体需要与学校环境以及个人期望相协调的结果。这说明个体的情绪体验不只是依靠自己个体主观上的解释、评价和判断，还需要依靠自身的周围环境，当环境和自己的主观一致时，个体才能够体验到积极情绪。但是这个定义有一个不足之处，即过度地依赖于情绪，并且要求环境被动地适应个体，这显然是不可能的。因此 Brutsaert 提出学校幸福感是学生对在校满意程度的认知，以及在校感受到轻松体验。这一概念较好地弥补了之前学校幸福感概念的不足之处，完善了学校幸福感的定义[1]。

国内对于学校幸福感的研究是最近二十多年才兴起的。学者们在进行一系列的主观幸福感研究之后开始将目光转向学校，开始关注学校内的幸福状况。田丽丽根据主观幸福感的结构、测量以及理论基础的认识。进一步到学校的情境中提出了青少年学校幸福感的操作性概念：学校幸福感是学生基于自身并在学校生活过程中与学校的交互作用下产生的主观情绪体验和客观认识评价，主要由在校积极消极的情绪以及学校满意度这三个成分组成。并且，田丽丽根据这个定义编制了青少年学校幸福感量表。此量表评分方式为六级评分，其中学校满意度具有六个维度。如果将这六个维度按照得分的平均值从低到高排列，分别是课堂学习、成就感、学校管理、学校教学、师生关系和同学关系，而在校的积极情感和在校的消极情感均只有一个维度[2]。这一概念的提出，引发了我国很多心理学学者对学校幸福感的关注与研究，并且较多地偏向于对学校满意度的研究。

### 3. 国外研究状况

研究发现，学校幸福感与广泛的学业、社会和心理健康结果相关。过去许多的研究发现，学校幸福感高的个体具有较低的考试焦虑[3]、较低的抑郁症状和倦怠[4]以及更高的成就水平、积极的行为、以及适应变化的能力[5]。Hascher & Edlinger 和 Kiuru 等人研究发现学校幸福感也有助于集中精力学习，进而促进学业成就[6] [7]。学校幸福感也是高中生反社会行为的预测因子，具体地说越高的学校幸福感能够预测越低的高中生反社会问题[8]。Barene 通过一项横断面研究发现在新冠流行后学校满意度对青少年心理健康问题有显著负向预测作用[9]。

Hascher 提出学校幸福感可以被视为学生在学校的主观体验质量，包括学生在学校中的感受、认知和社会关系[10]，因此国外研究与学校环境有关的学生幸福感越来越感兴趣。过去研究发现，感知到积极课堂气氛的学生也对学校和学校教育持积极态度，更喜欢学校，对学校感到满意，并表现出较高的学业幸福感[11] [12] [13]。在最近的研究中，Ivaniushina 和 Alexandrov 调查了学生的学校态度与其学校朋友的态度，发现朋友的反学校态度与学生自己的反学校心态显著相关[14]。那些经历积极课堂和学校氛围的学生身心健康状况更好，对学校和课堂工作表现出更积极的态度，更喜欢学校，并且更多地参与学术活动[15] [16] [17]。

除了学业，学者也关注学生的幸福感对未来职业的影响。研究发现，20~29 岁的男性中职业抱负和幸福感存在关联[18]。Manuel 也在一项青少年的研究中发现男性的职业抱负和幸福感存在关联[19]。

从个人因素和环境因素的角度出发，Markus 研究发现不同性别的不同社会关系对于学校幸福感的影响是不一样的[20]。Hoferichter 研究发现，学业积极性有助于提高学校满意度，而班级和学校气氛对反学校态度的增加起缓冲作用。青少年的气质类型也会对学校幸福感产生影响[21]。Xu 在通过纵向研究发现培养积极的师生关系，增加学生的积极课堂行为，可能是提高学生对学校满意度的有效途径[22]。另外为探究新冠期间学校的教学模式由线下转为线上是否对学生学校幸福感是否有影响，Fegter 通过一项定性研究发现从孩子的角度来看，学校的可见性与学校幸福感变化存在相关[23]。这些研究对提高学生的学校幸福感有不同的贡献。

## 4. 国内研究状况

国内对于学校幸福感的大部分研究都是围绕着与学习投入之间的关系。例如刘在花将中学生和流动儿童作为被试。她采用问卷调查学校氛围、学校幸福感与学习投入的目前状况和这三个变量之间的关系。结果发现学校氛围、学校幸福感与学习投入这三者之间显著正相关，而且学校幸福感能够在学校氛围与学习投入之中产生中介作用；其中，中学生学校幸福感在学校氛围与学习投入之间具有部分中介作用，而流动儿童的学校幸福感在学校氛围与学习投入具有完全的中介作用[24] [25]。巢传宣为了探究学校幸福感与家庭幸福感这两个相似的概念对大学生学习投入度的影响的不同并比较影响的大小而进行调查，结果发现学校幸福感和家庭幸福感与学习投入度都存在着显著的正相关，但有趣的是学校幸福感与学习投入度的相关度要比家庭幸福感与学习投入度的相关度小[26]。徐婷研究发现，那些学习投入和班级环境处于中等偏上水平的高职生，他们的学校幸福感处于中等偏下水平；结果显示，高职生学习投入会被学校幸福感影响，而班级环境在学校幸福感和学习投入之中起到部分中介作用[27]。还有研究调查了学校幸福感对学生学习投入起到的调节作用，如曹美新发现学校幸福感在中学生学业压力与学习投入之间起到调节作用。处于高幸福的个体，学业压力对学习投入的具有更强的影响[28]。

关于学生学校幸福感的影响因素研究。刘旺根据基本心理需要的理论，将大学生作为被试进行了基本心理需要满足的干预研究，结果发现自主需要的满足、关系需要的满足、联合三种需要的满足干预能够提高大学生的学校幸福感水平，而且联合三种需要满足干预对被试的学校幸福感提升量最高，并且显著高于另外三组干预组。并且干预结束起，至2周后为止，这种效果依旧存在[29]。还有研究发现流动儿童学习乐观水平和学习价值观也与学校幸福感存在着联系，具有高学习乐观水平和学习价值观的流动儿童，他们的学校幸福感也越高[30]。张振东研究发现青少年感知到的体育老师自主性支持对学校幸福感具有积极影响，且坚毅品质在其中起到了中介作用[31]。Tian 在一项调查研究中发现小学生感恩的个体差异与在校主观幸福感显著相关，且亲社会行为在感恩与学校满意度和学校积极情感之间起部分中介作用[32]。

自新冠开始以来，学生的各种心理问题受到影响。长时间的封锁对心理健康产生了若干不利影响。在一项调查中，年龄在12~21.4岁之间的受访者在四周后的心理影响高于新冠肺炎发病时的心理影响。这一年龄组主要由长期停课的学生组成[33]。大学生由于大流行引发的不确定性和恐惧以及意外转向在线学习模式会使得学生的幸福感损失加剧[34] [35]。因此国内由学者研究如何帮助大学生恢复幸福感。Yuan 在一项研究中发现体育锻炼能有效缓解疫情对心理的负面影响，支持和鼓励群众经常参加中等以上水平的体育活动，能够提高主观幸福感，保持积极的抗疫态度和行为[36]。Huang 的一项研究结果表明，在新冠期间在线学习的大学生中，感知的社会支持与生活满意度和积极情绪显著正相关，与消极影响显著负相关，且心理资本在其中起到中介作用[37]。

## 5. 不足与展望

本文总结了国内外有关学生学校幸福感的研究。学校幸福感的有关研究都是量化研究，缺少质性研究的结果。且以问卷调查的研究方法为主，缺少实验研究来探索各变量之间的关系。

学校幸福感的研究大部分都是以学生为被试群体的量化研究。建议未来的研究可以考虑以教师和家长为被试对象，用质性研究的方法考察他们对于学校幸福感这个主题的陈述。

从研究方向的角度，建议未来的调查可以考虑有助于提高或有可能损害学校幸福感的其他因素，如学校快乐、学业自信、旷课、担忧、身体缺陷和学校社会问题。此外，可以考虑研究压力的潜在机制，建议应用情景分析或潜在剖面分析，因为可能有学生群体经历了高压力水平的伤害，而其他学生感觉受

到压力的激活。进而考察不同压力情况下的学生群体对学校幸福感影响的潜在机制。

学校幸福感主要影响学生的辍学率和社会偏差问题，其原因与学校环境、学校结构、还有学生之间的社会互动有关。学校应该知道，它们的环境对学生的心理健康有着巨大的影响，因此，如果预防措施失败，应该随时提供治疗。未来的研究视角可以集中于心理教育干预方案的使用，不仅在学校环境中，而且在更广泛的社区环境中。

## 参考文献

- [1] 鲍玲, 贾林祥. 大学生学校幸福感研究综述[J]. 江苏师范大学学报(教育科学版), 2013, 4(S2): 16-19. <https://doi.org/10.16095/j.cnki.cn32-1833/c.2013.s2.009>
- [2] 田丽丽. 青少年学校幸福感量表的编制[J]. 心理发展与教育, 2008, 24(3): 100-106.
- [3] Steinmayr, R., Crede, J., McElvany, N. and Wirthwein, L. (2016) Subjective Well-Being, Test Anxiety, Academic Achievement: Testing for Reciprocal Effects. *Frontiers in Psychology*, **8**, 1994. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01994>
- [4] Upadyaya, K. and Salmela-Aro, K. (2013) Development of School Engagement in Association with Academic Success and Well-Being in Varying Social Contexts. A Review of Empirical Research. *European Psychologist*, **18**, 136-147. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000143>
- [5] Putwain, D.W., Loderer, K., Gallard, D. and Beaumont, J. (2019) School-Related Wellbeing Promotes Adaptability, Achievement and Behavioural Conduct: A Longitudinal Examination. *British Journal of Educational Psychology*, **90**, 92-108. <https://doi.org/10.1111/bjep.12266>
- [6] Hascher, T. and Edlinger, H. (2009) Positive Emotionen und Wohlbefinden in der Schule—ein Überblick über Forschungszugänge und Erkenntnisse [Positive Emotions and Well-Being at School—An Overview of Research Approaches and Findings]. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, **56**, 105-122.
- [7] Kiuru, Wang, M.-T., Salmela-Aro, K., Kannas, L., Ahonen, T. and Hirvonen, R. (2020) Transactional Associations between Adolescents' Interpersonal Relationships, School Well-Being, and Academic Achievement during Educational Transitions. *Journal of Youth and Adolescence*, **49**, 1057-1072. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01184-y>
- [8] Celik, I. (2022) Revisiting General Strain Theory: Studying the Predictors of Adolescents' Antisocial Behavior in Vestland County, Norway. *Children and Youth Services Review*, **139**, Article ID: 106556. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106556>
- [9] Barene, S., Ruud-Tronsmoen, A. and Johansen, P.F. (2022) Associations between Demographic Characteristics, Lifestyle Factors and School-Related Conditions and Symptoms of Mental Health Problems in Norwegian Upper Secondary School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **19**, Article No. 9575. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159575>
- [10] Hascher, T. (2010) Wellbeing. In: Peterson, P., Baker, E. and McGaw, B., Eds., *International Encyclopedia of Education*, Vol. 6, Elsevier, Amsterdam, 732-738. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-044894-7.00633-3>
- [11] Leinonen, J. (2018) The Connection between Classroom Behavioral Climate and School Well-Being of Finnish Sixth Grade Students. Master's Thesis in Special Education, University of Jyväskylä, Jyväskylä. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/58581/1/URN%3ANBN%3Afi%3Ajyu-201806153237.pdf>
- [12] Pintrich, P.R. and Maehr, M.L. (2004) *Motivating Students, Improving Schools: The Legacy of Carol Midgley*. Emerald Group Publishing Limited, Bingley.
- [13] Zullig, K.J., Huebner, E.S. and Patton, J.M. (2011) Relationships among School Climate Domains and School Satisfaction. *Psychology in the Schools*, **48**, 133-145. <https://doi.org/10.1002/pits.20532>
- [14] Ivaniushina, V. and Alexandrov, D. (2018) Anti-School Attitudes, School Culture and Friendship Networks. *British Journal of Sociology of Education*, **39**, 698-716. <https://doi.org/10.1080/01425692.2017.1402674>
- [15] Kiuru, N., Poikkeus, A.-M., Lerkkanen, M.-K., Pakarinen, E., Siekkinen, M., Ahonen, T. and Nurmi, J.-E. (2012) Teacher-Perceived Supportive Classroom Climate Protects against Detrimental Impact of Reading Disability Risk on Peer Rejection. *Learning and Instruction*, **22**, 331-339. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2011.12.003>
- [16] Wang, M.-T. and Eccles, J.S. (2013) School Context, Achievement Motivation, and Academic Engagement: A Longitudinal Study of School Engagement Using a Multidimensional Perspective. *Learning and Instruction*, **28**, 12-23. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2013.04.002>
- [17] Modin, B. and Ostberg, V. (2009) School Climate and Psychosomatic Health: A Multilevel Analysis. *School Effectiveness and School Improvement*, **20**, 433-455. <https://doi.org/10.1080/09243450903251507>

- [18] McFadden, K., Berry, T., McHugh, T.-L. and Rodgers, W. (2022) Relationships of Automatic Associations, Affect, and Outcome Expectations with Adolescents' Impulsive Decision to Opt into Physical Activity. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, **20**, 1734-1751. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1993961>
- [19] Manuel, D., Savahl, S., Casas, F., *et al.* (2020) The Relation between Subjective Well-Being and Career Aspirations amongst a Sample of Adolescents in Low Socioeconomic Status Communities in Cape Town. *Journal of Community Psychology*, **48**, 2702-2722. <https://doi.org/10.1002/jcop.22449>
- [20] Markus, S., Rieser, S. and Schwab, S. (2022) The Gender-Specific Role of Social Relationships for School Well-Being in Primary School Do Peers and Teachers Matter Differently? *Journal of Psychology*, **230**, 215-228. <https://doi.org/10.1027/2151-2604/a000500>
- [21] Hoferichter, F., Hirvonen, R. and Kiuru, N. (2021) The Development of School Well-Being in Secondary School: High Academic Buoyancy and Supportive Class- and School Climate as Buffers. *Learning and Instruction*, **71**, Article ID: 101377. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101377>
- [22] Jiang, X., Shi, D.X., Fang, L. and Ferraz, R.C. (2022) Teacher-Student Relationships and Adolescents' School Satisfaction: Behavioural Engagement as a Mechanism of Change. *British Journal of Educational Psychology*, **92**, 1444-1457. <https://doi.org/10.1111/bjep.12509>
- [23] Fegter, S. and Kost, M. (2023) Visibility and Well-Being in School Environments: Children's Reflections on the "New Normal" of Teaching and Learning during the Covid-19 Pandemic. *International Journal on Child Maltreatment: Research, Policy and Practice*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s42448-022-00136-7>
- [24] 刘在花. 学校氛围对中学生学习投入的影响: 学校幸福感的中介作用[J]. 中国特殊教育, 2017(4): 85-90.
- [25] 刘在花. 学校氛围对流动儿童学习投入的影响——学校幸福感的中介作用[J]. 中国特殊教育, 2018(1): 52-57.
- [26] 巢传宣. 学校幸福感与家庭幸福感对大学生学习投入度的影响及其比较[J]. 新余学院学报, 2020, 25(1): 120-124.
- [27] 徐婷, 巢传宣. 高职生学校幸福感对学习投入的影响: 班级环境的中介作用[J]. 职教论坛, 2020(8): 172-176.
- [28] 曹新美, 刘在花. 学校幸福感在中学生学业压力与学习投入之间的调节作用[J]. 中国特殊教育, 2017(6): 86-90.
- [29] 刘旺. 基于学生基本心理需要满足的学校幸福感干预研究[J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2018(2): 104-111.
- [30] 刘在花. 在京流动儿童学习乐观现状及对学校幸福感的影响[J]. 中国特殊教育, 2018(6): 58-65.
- [31] 张振东, 李松璞, 张文婧, 袁瑞, 张秀丽. 青少年感知的体育教师自主性支持与学校幸福感的关系探究: 坚毅品质的中介作用[J]. 河南师范大学学报(自然科学版), 2022, 50(4): 129-135. <https://doi.org/10.16366/j.cnki.1000-2367.2022.04.019>
- [32] Tian, L.L., Du, M.M. and Huebner, E.S. (2015) The Effect of Gratitude on Elementary School Students' Subjective Well-Being in Schools: The Mediating Role of Prosocial Behavior. *Social Indicators Research*, **122**, 887-904. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0712-9>
- [33] Wang, C., Pan, R., Wan, X., *et al.* (2020) A Longitudinal Study on the Mental Health of General Population during the COVID-19 Epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity*, **87**, 40-48. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>
- [34] Wong, M. (2020) Online Teaching: A Prospective Educational Model? [http://www.china.org.cn/opinion/2020-04/20/content\\_75952841.htm](http://www.china.org.cn/opinion/2020-04/20/content_75952841.htm)
- [35] Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. and Zheng, J. (2020) The Psychological Impact of the COVID-19 Epidemic on College Students in China. *Psychiatry Research*, **287**, Article ID: 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- [36] Yuan, S. and You, M. (2022) Effects of Physical Activity on College Students' Subjective Well-Being during COVID-19. *Journal of Epidemiology and Global Health*, **12**, 441-448. <https://doi.org/10.1007/s44197-022-00062-4>
- [37] Huang, L. and Zhang, T. (2022) Perceived Social Support, Psychological Capital, and Subjective Well-Being among College Students in the Context of Online Learning during the COVID-19 Pandemic. *The Asia-Pacific Education Researcher*, **31**, 563-574. <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00608-3>