

# Dominance Analysis on the Advantages of Loneliness and Social Support in the Prediction of the Well-Being Index of the Elderly

Yuanting Chen, Zhu Jiang, Fengjian Gao, Xiting Huang\*

School of Psychology, Southwest University, Chongqing  
Email: xthuang@swu.edu.cn

Received: Jan. 24<sup>th</sup>, 2017; accepted: Feb. 13<sup>th</sup>, 2017; published: Feb. 16<sup>th</sup>, 2017

---

## Abstract

The questionnaire survey was carried out on 411 old people in Chongqing by using the general well-being index scale, the perceived social support scale and the UCLA loneliness scale. The results showed that there is a moderate correlation between well-being index, social support and loneliness; social support has more advantages than loneliness in the prediction of well-being index of the elderly, accounting for 76.99% of the total variance in two variables. The research indicated that increasing the social support of the elderly may be an effective way to promote the well-being index of the old people.

## Keywords

Loneliness, Social Support, Well-Being Index, Dominance Analysis

---

# 孤独和社会支持预测老年人幸福指数的优势分析

陈媛婷, 江竹, 高锋剑, 黄希庭\*

西南大学心理学部, 重庆  
Email: xthuang@swu.edu.cn

收稿日期: 2017年1月24日; 录用日期: 2017年2月13日; 发布日期: 2017年2月16日

---

\*通讯作者。

## 摘要

采用总体幸福指数量表、领悟社会支持量表和UCLA孤独量表对重庆411名老人进行了问卷调查。结果显示，幸福指数、社会支持和孤独之间存在中等程度的相关；对老年人幸福指数水平的预测中，社会支持比孤独的预测能力更强，占两变量总方差的76.99%。研究表明，提高老年人的社会支持可能是促进老年人幸福指数的有效途径。

## 关键词

孤独，社会支持，幸福指数，优势分析

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

幸福指数是对幸福感进行数量化，可以用来评定个体的主观幸福程度。提高幸福指数是一项重要的政策目标，具有衡量社会进步，人民生活质量和监督社会良性发展的重大意义。即“从关注人们的物质生活需要、经济状况，向关注民众的心理状态和精神方面的追求，以新的视角去审视人们的物质需求、生活质量、经济状况、生存环境与社会环境转移，其核心和基础是以人为本”（黄希庭，李继波，刘杰，2012）。目前，我国已进入老龄化社会。怎样使老年人度过一个幸福的晚年是摆在各级政府面前的一项重要民生工程。

影响老年人幸福指数的因素众多，其中社会支持、孤独与幸福指数的关系受到了国内外不少研究者的关注(Chen & Feeley, 2013; 王大华, 佟雁, 周丽清, 申继亮, 2004)。社会支持(Social support)指的是个体从家庭、亲人、朋友、同事等组织单位中获得的物质的和精神的帮助和支持，它反映了一个人和社会联系的密切程度及这种联系的质量(Blumenthal, Burg, Barefoot, Williams, Haney, & Zimet, 1987)。研究表明，孤独是老年人群中存在的一个主要的心理问题，主要包括情感上的孤独和社会交往上的孤独，是老年人对自己在社会交往的数量和质量的主观感受(Peplau, Russell, & Heim, 1979)。

关于孤独的决定性因素，有两个主要的理论模型：外部因素模型和内部因素模型；外部因素模型认为社交网络的缺乏是孤独的根源；内部因素模型认为是个体的性格和心理原因导致了孤独(Singh, 2015)。社会支持是个体处在危机之中可以获得的资源支持，这种支持同样地也可以来自他人、群体和社区(Lin, Dean, & Ensel, 1981)。这一观点与缓冲模型的说法是一致的(郭素然, 吴思为, 冯晓伟, 2014)。孤独与社会支持之间关系密切，良好的社会支持能够降低个体的孤独感(Kearns, Whitley, Tannahill, & Ellaway, 2015)。在对幸福指数的影响中，孤独常常是作为社会支持影响幸福指数的中介变量而存在(Hombrados-Mendieta, García-Martín, & Gómez-Jacinto, 2013)。社会支持除了通过影响孤独间接影响幸福指数外，还会直接对幸福指数产生正性的影响(孔凤, 王庭照, 李彩娜, 和娟, 王瑾, 游旭群, 2012; 吴捷, 2008)。

为了更有效地提高老年人的幸福指数，在探讨孤独和社会支持对老年人幸福指数的影响中，还需进一步探讨这两个变量的主次之分，探讨哪个变量对幸福指数的预测更强。只有了解影响老年人幸福指数

最重要的因素，才能对症下药，有针对性地采取相应的策略，提高老年人的幸福指数，达到事半功倍的效果。对孤独和社会支持重要性的探讨，可以采用优势分析(dominance analysis)，该方法可以确定一个多元回归方程中各个预测变量在总的预测中所占的比例(Budescu, 1993)。本研究以重庆地区的老年人作为研究对象，采用问卷调查的方式，对变量进行优势分析，探讨孤独和社会支持对老年人幸福指数影响的相对重要性。

## 2. 方法

### 2.1. 调查对象

根据方便取样原则，在重庆范围内调查了 411 位 60 岁以上的老年人。老年人的平均年龄为  $70.84 \pm 6.59$  岁。其中男性被试 168 名，女性被试 243 名。

### 2.2. 调查工具

#### 2.2.1. 总体幸福指数量表

老年人的幸福指数采用刘杰、李继波和黄希庭(2012)编制的城市幸福指数量表所得到的数据。总体幸福指数量表包括总体生活满意度、横向和纵向比较的满意度；该量表共四个题项，采用五点计分法。量表具有良好的信度和效度， $\alpha$  系数为 0.888。

#### 2.2.2. 领悟社会支持量表

采用 Blumenthal, Burg, Barefoot, Williams, Haney 和 Zimet (1987) 编制，由汪向东、王希林和马弘(1999)翻译、修订的领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS)来测量老年人获得的社会支持。领悟社会支持量表有三个维度：家庭支持、朋友支持和其他支持。该量表采用七点计分法，共有 12 个题项。领悟社会支持量表在中国的人群适用性研究中表现出了良好的信度和效度，整体量表的  $\alpha$  系数为 0.9，可以用来进行老年人社会支持的测量(陈维，卢聪，杨晓晓，&张进辅，2016)。

#### 2.2.3. UCLA 孤独量表

采用 Russell, Peplau 和 Ferguson (1978) 编制，由汪向东、王希林和马弘(1999)翻译、修订的 UCLA (University of California at Los Angeles) 孤独量表测量老年人的孤独感。该量表采用四点计分法，共 20 个题项。高分表示孤独程度高(刘红，王洪礼，2011)。该量表所有题项中均没有出现“孤独”一词，这对减少被试的反应偏好起到了很大的帮助(王登峰，1995)。UCLA 孤独量表在我国中老年群体中具有良好的信度和效度，问卷的  $\alpha$  系数为 0.90 左右(邓丽芳，郑日昌，2005)。

### 2.3. 施测程序及数据处理

由于老年人视力退化和受教育普遍偏低的特殊性，此次调查采用一对一调查的方式，所有老年人均在主试的帮助下完成调查。调查员为心理学专业的本科生、研究生，他们在调查前经过了标准化的培训。调查员均会说重庆本地话，确保与老年人沟通顺畅。问卷回收后，采用 SPSS20 统计软件进行数据录入，剔除无效问卷。完成数据录入和整理后，再进行进一步的分析处理。

## 3. 结果

### 3.1. 老年人幸福指数、孤独和社会支持得分的描述统计

将男性被试和女性被试的总体幸福指数(以下简称为幸福指数)、孤独总分和领悟社会支持总分进行独立样本 T 检验。具体数值见表 1。结果表明，老年人幸福指数和孤独感在性别上没有显著性差异；女性

获得的社会支持显著高于男性。

### 3.2. 两个自变量和因变量之间的相关

对老年人幸福指数、UCLA 孤独量表和领悟社会支持量表及各维度进行相关分析，具体值见表 2。

数据显示，老年人幸福指数、UCLA 孤独量表和领悟社会支持中等程度相关，相关性显著。领悟社会支持与其各维度高度相关，相关系数在 0.635~0.888 之间，相关性显著。

### 3.3. 孤独和社会支持影响老年人幸福指数的相对重要性分析

为考察孤独( $X_1$ )和社会支持( $X_2$ )预测老年人幸福指数( $Y$ )的相对重要性，采用层级回归计算当变量  $X_1$ 、 $X_2$  分别加入到不包含变量自身的各个子模型后所产生的增值贡献( $\Delta R^2$ )。具体结果见表 3。

优势定性分析结果表明：社会支持完全优势于孤独。并且，孤独占已知方差的 23.01%，社会支持占已知方差的 76.99%。这一结果表明，在预测老年人幸福指数水平时，社会支持比孤独的作用更强。

**Table 1.** Gender difference T test of Happiness Index, PSSS and UCLA (N = 411)

**表 1.** 老年人幸福指数、孤独总分和领悟社会支持总分的性别差 T 检验(N = 411)

	男性(n = 168)		女性 n = 243		t	p
	平均值	标准差	平均值	标准差		
幸福指数	3.98	0.57	4.02	0.64	-0.721	0.471
孤独总分	37.68	9.14	36.37	8.08	1.536	0.125
领悟社会支持总分	63.08	11.98	66.30	11.20	-2.766	0.006

**Table 2.** The average, standard deviation and correlation coefficient of Happiness Index, PSSS and UCLA (N = 411)

**表 2.** 老年人幸福指数、孤独和社会支持的均值、标准差和相关系数(N = 411)

	平均值	标准差	总体幸福指数	UCLA 孤独量表
幸福指数	4.00	0.61		
UCLA 孤独量表	36.89	8.53	-0.376***	
领悟社会支持	65.00	11.60	0.575***	-0.425***

注：\*\*\*  $p < 0.001$ 。

**Table 3.** Value-added contribution, the average contribution and the total average contribution of the prediction variables

**表 3.** 各预测变量的增值贡献、平均贡献和总平均贡献

子模型中的自变量(X)	R <sup>2</sup>	增值贡献( $\Delta R^2$ )	
		X <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>
空集或 K = 0 时，平均贡献	0	0.141	0.331
X <sub>1</sub>	0.141	—	0.211
X <sub>2</sub>	0.331	0.021	—
K = 1 时，平均贡献	—	0.021	0.211
X <sub>1</sub> X <sub>2</sub>	0.352	—	—
总平均贡献	—	0.081	0.271

## 4. 讨论

本研究采用城市幸福指数问卷中的总体幸福指数作为评价老年人幸福指数的指标是合适的。因为，该问卷中总体幸福指数量表不仅包含了对个体总体的生活满意度的测量，还包含了要求老年人从横向和纵向进行比较，能够比较全面地测量他们的幸福指数状况。

### 4.1. 老年人幸福指数的性别差异

老年人幸福指数与性别的相关性不大，这与很多前人的研究结果是一致的(邢全超, 王丽萍, 徐巧鑫, 巩临惠, 2010)。老年人孤独感水平不存在性别差异，这也印证了前人的研究结果(刘靓, 徐慧兰, 宋爽, 2009; 闫志民, 李丹, 赵宇晗, 余林, 杨逊, 朱水容 等, 2014)。而老年人获得的社会支持则存在性别差异，女性获得的社会支持显著高于男性。这一结果与国内外部分研究的结果相吻合，这可能是由于女性更具同情心和人际敏感性，更希望建立和谐融洽的人际关系，也更加能够感受到外界的关心和支持(张书朋, 张庆垚, 李彩娜, 2015)。

### 4.2. 社会支持和孤独对幸福指数的影响

幸福指数的变化与正性、负性情感以及生活满意度有关(Diener, 1984; 刘杰, 黄希庭, 2015)。而孤独是在老年人群体中常见的一种负性情感(Singh, 2015)。孤独感会增加老年人的负性情感，从而降低了其幸福指数。

良好的社会支持会提高老年人的幸福指数(Tian, 2016; 李洁, 姚迪, 刘晓芹, 2015)。因为良好的社会支持，既能够使个体保持良好的情绪体验，从而较好地维持身心健康，又能够通过调节其他因素，使压力事件对身心的消极影响得到缓冲，保护应激状态下的个体(李远, 谭小林, 曹国兴, 张代江, 文晏, 赵科, 2013; 李志勇, 吴明证, 2010)。

社会支持比孤独更能对老年人幸福指数作出预测。这是因为，增加老年人的社会支持能有效地减少他们的孤独感。吴捷(2008)的研究表明，老年人获得的社会支持越多，产生的孤独情绪越少，社会支持越强有力越能减缓老年人的孤独感；反之，缺乏社会支持的老年人在遇到重大的突发事件后会感到孤立无援，无计可施，便会产生孤独的情绪体验。因此，降低孤独感的一个重要的途径便是提高老年人的社会支持。正如有研究表明，通过体育锻炼能降低老年人的孤独感从而提高了老年人的幸福指数(陈爱国, 殷恒禅, 颜军, 2010)。其原因是，老年人在加强体育锻炼的时候，会增加外出活动的频率和与他人、集体组织进行交往的机会。这也表明体育锻炼可以成为老年人一种新的社会交往，从而获得新的社会支持并且会提升老年人的幸福指数。

社会支持对老年人幸福指数的影响是多方面的。已有研究表明，社会支持不仅可以直接影响幸福指数，而且还可以通过调节自尊、心理控制源等心理变量，间接影响幸福指数水平(Kong, Zhao, & You, 2013; 李志勇, 吴明证, 2010)。老年人群体由于其年龄和生理方面的特殊性，在遇到较大的生活事件时，相比年轻人，需要更长的时间去消化和接受。在自我调节能力下降的时候，良好的社会支持便体现出了其强大的作用。从家人、朋友以及其他组织机构获得的社会支持会在老年人遇到压力事件时起到缓冲的作用，缓解压力事件对其身心的影响，从而保障了老年人的身心健康(李远, 谭小林, 曹国兴, 张代江, 文晏, 赵科, 2013)。社会支持还能够通过减少老年人的重大负性生活事件，维持老年人的良好情绪和身心健康实现老年人幸福指数的提升。这些也是优势分析中，社会支持对老年人幸福指数预测能力强于孤独的原因。

### 4.3. 提升老年人幸福指数的可行措施

既然提升老年人的社会支持可以增加他们的幸福指数并且能降低老年人的孤独感，那么我们可以采

取多种可行措施来提升老年人的社会支持,如居家养老就是一种很好的形式。居家养老能够使老年人得到更多的亲人们的关爱和陪伴,这对提升他们的社会支持有很大的帮助。老年人的社会支持主要来源于三个方面:家人、朋友和重要他人。因此,社区组织也应调动社会各方面的力量关爱老年人的身心健康。根据老年人的特点,开展各种社会交往活动,如组织老年人旅游、跳坝坝舞以及下棋、打麻将等,使老年人获得更多的社会支持。特别要主动关心那些性格内向,将自己封闭在家庭中的老年人。让他们多参与户外的活动,多与外界交往,以获得更多的社会支持。

## 基金项目

重庆市哲学社会科学规划重大课题委托项目“城市幸福指数研究”(2010CQZDW07)。

## 参考文献 (References)

- 陈爱国,殷恒禅,颜军(2010). 体育锻炼与老年人幸福感的关系:孤独感的中介作用. *中国体育科技*, 46(1), 135-139.
- 陈维,卢聪,杨晓晓,张进辅(2016). 领悟社会支持量表的多元概化分析. *心理学探新*, 36(1), 75-78.
- 邓丽芳,郑日昌(2005). 城市中老年人心理健康量表的编制. *应用心理学*, 11(1), 45-51.
- 郭素然,吴思为,冯晓伟(2014). 大学生社会支持对睡眠质量的影响:多重中介模型的检验. *心理科学*, 37(6), 1404-1408.
- 黄希庭,李继波,刘杰(2012). 城市幸福指数之思考. *西南大学学报(社会科学版)*, 38(5), 83-91.
- 孔凤,王庭照,李彩娜,和娟,王瑾,游旭群(2012). 大学生的社会支持,孤独及自尊对主观幸福感的作用机制研究. *心理科学*, 35(2), 408-411.
- 李洁,姚迪,刘晓芹(2015). 老年人总体幸福感与人格特征,社会支持的关系. *中国健康心理学杂志*, 23(6), 889-892.
- 李远,谭小林,曹国兴,张代江,文晏,赵科(2013). 重庆地区健康老年人群社会支持状况及其相关因素分析. *第三军医大学学报*, 35(2), 175-177.
- 李志勇,吴明证(2010). 大学生社会支持与主观幸福感的关系:自我和谐的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 18(3), 346-348.
- 刘红,王洪礼(2011). 大学生手机成瘾与孤独感,手机使用动机的关系. *心理科学*, 34(6), 1453-1457.
- 刘杰,黄希庭(2015). 中国大学生幸福评价的时间轨迹. *心理发展与教育*, 31(3), 257-263.
- 刘杰,李继波,黄希庭(2012). 城市幸福指数问卷的编制. *西南大学学报(社会科学版)*, 38(5), 92-99.
- 刘靓,徐慧兰,宋爽(2009). 老年人孤独感与亲子支持,孝顺期待的关系研究. *中国临床心理学杂志*, 17(5), 636-638.
- 汪向东,王希林,马弘(1999). *心理卫生评定量表手册(增订版)*. 北京:中国心理卫生杂志社.
- 王大华,佟雁,周丽清,申继亮(2004). 亲子支持对老年人主观幸福感的影响机制. *心理学报*, 36(1), 78-82.
- 王登峰(1995). Russell 孤独量表的信度与效度研究. *中国临床心理学杂志*, 3(1), 23-25.
- 吴捷(2008). 老年人社会支持,孤独感与主观幸福感的关系. *心理科学*, 31(4), 984-986.
- 邢全超,王丽萍,徐巧鑫,巩临惠(2010). 老年人人际关系与主观幸福感相关分析. *中国健康心理学杂志*, 18(1), 53-55.
- 闫志民,李丹,赵宇晗,余林,杨逊,朱水容,等(2014). 日益孤独的中国老年人:一项横断历史研究. *心理科学进展*, 22(7), 1084-1091.
- 张书朋,张庆垚,李彩娜(2015). 领悟社会支持性别差异的元分析. *心理发展与教育*, 31(4), 393-401.
- 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, 331-340. <https://doi.org/10.1097/00006842-198707000-00002>
- Budescu, D. V. (1993). Dominance Analysis: A New Approach to the Problem of Relative Importance of Predictors in Multiple Regression. *Psychological Bulletin*, 114, 542-551. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.114.3.542>
- Chen, Y., & Feeley, T. H. (2013). Social support, social strain, loneliness, and Well-Being among Older Adults: An Analysis of the Health and Retirement Study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31, 141-161. <https://doi.org/10.1177/0265407513488728>
- Diener, E. (1984). Subject Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

- Hombrados-Mendieta, I., García-Martín, M. A., & Gómez-Jacinto, L. (2013). The Relationship between Social Support, Loneliness, and Subjective Well-Being in a Spanish Sample from a Multidimensional Perspective. *Social Indicators Research*, 114, 1013-1034. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0187-5>
- Kearns, A., Whitley, E., Tannahill, C., & Ellaway, A. (2015). Loneliness, Social Relations and Health and Well-Being in Deprived Communities. *Psychology, Health & Medicine*, 20, 332-344. <https://doi.org/10.1080/13548506.2014.940354>
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2013). Self-Esteem as Mediator and Moderator of the Relationship between Social Support and Subjective Well-Being among Chinese University Students. *Social Indicators Research*, 112, 151-161. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0044-6>
- Lin, N., Dean, A., & Ensel, W. M. (1981). Social Support Scales: A Methodological Note. *Schizophrenia Bulletin*, 7, 73-89. <https://doi.org/10.1093/schbul/7.1.73>
- Peplau, L. A., Russell, D., & Heim, M. (1979). The Experience of Loneliness. *New Approaches to Social Problems: Application of Attribution Theory*, 53-78.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a Measure of Loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203\\_11](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11)
- Singh, S. D. (2015). Loneliness, Depression and Sociability in Old Age. *The International Journal of Indian Psychology*, 2, 73-79.
- Tian, Q. (2016). Intergeneration Social Support Affects the Subjective Well-Being of the Elderly: Mediator Roles of Self-Esteem and Loneliness. *Journal of Health Psychology*, 21, 1137-1144. <https://doi.org/10.1177/1359105314547245>

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)