

# The Relationship between Gratitude and Subjective Well-Being among Chinese College Students: The Mediating Role of Self-Esteem

Xiaowen Dun<sup>1</sup>, Haiying Wu<sup>2</sup>, Xiping Liu<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>School of Educational Science, Tianjin Normal University, Tianjin

<sup>2</sup>School of Law and Politics, Hebei North University, Zhangjiakou Hebei

Email: \*lxp3771@sina.com

Received: May 8<sup>th</sup>, 2018; accepted: May 18<sup>th</sup>, 2018; published: May 25<sup>th</sup>, 2018

---

## Abstract

The aim of the research is to study the relationship between gratitude and subjective well-being of university students, with the self-esteem as the mediation role. The researcher gives out 329 copies of questionnaire to students from an University to gather the data of gratitude, self-esteem and subjective well-being by using the questionnaire of grateful self-assessment scale, Rosenberg self-esteem scale and subjective well-being scale. And the results are as follows: 1) self-esteem, gratitude and subjective well-being are all positively correlate with each other; 2) self-esteem acts as the role of partial mediation between gratitude and subjective well-being. Therefore, we draw to the conclusion that the gratitude of college students affect theirs subjective well-being via self-esteem.

## Keywords

Gratitude, Self-Esteem, Subjective Well-Being, The Mediating Role

---

# 大学生感恩与主观幸福感的关系：自尊的中介作用

敦晓雯<sup>1</sup>, 武海英<sup>2</sup>, 刘希平<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>天津师范大学教育科学学院, 天津

<sup>2</sup>河北北方学院法政学院, 河北 张家口

\*通讯作者。

Email: lxp3771@sina.com

收稿日期: 2018年5月8日; 录用日期: 2018年5月18日; 发布日期: 2018年5月25日

## 摘要

探讨在自尊的中介作用下, 大学生感恩对主观幸福感的影响。研究对某高校的学生随机发放329份有效问卷, 使用感恩自评量表、Rosenberg自尊量表和主观幸福感量表对感恩、自尊和主观幸福感进行测量。结果发现: 1) 感恩、自尊和主观幸福感之间均呈显著正相关; 2) 自尊在感恩与主观幸福感之间起到了部分中介效应。研究结果说明, 大学生感恩通过自尊, 影响其主观幸福感。

## 关键词

感恩, 自尊, 主观幸福感, 中介效应

Copyright © 2018 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. 问题提出

### 1.1. 感恩与主观幸福感

Diener (1984)首次提出主观幸福感的概念, 认为主观幸福感(subjective well-being, SWB)可以被界定为人类依据自己的内在标准对自己的生活品质进行全面估量所获得的主观感受。主观幸福感有两个基础内容: 其中一部分内容被叫做认知成分, 也被称之为生活满意度(life satisfaction), 是人们对自己生活品质产生的认识与评判; 另一部分叫做情感部分, 其中包含积极情感体验(positive affect)和消极情感体验(negative affect)两种类别, 是在认知的基础上产生的一种内在的主观体验。其中认知部分在权衡个体主观幸福感时有着举足轻重的意义, 是主观幸福感的有效预测指标(罗竖元, 2014)。

感恩(gratitude), 就是我们通常所说的“知恩图报”, 也被叫做感激、感谢、感戴。McCullough, Tsang 和 Emmons (2004)认为感恩是一种心态, 可以持续很长一段时间, 是微弱、平静和持久的精神状态。感恩与主观幸福感的关系研究是积极心理学研究的重点问题。截止到目前, 有大量的心理学研究可以表明感恩与主观幸福感联系紧密, 且感恩可以有力的预测主观幸福感(邱会霞, 2017; 孙玮玮, 2014; 马丽, 2011; 苗静宇, 陈启山, &高姜明, 2013; 舒亚丽&沐守宽, 2014a, 2014b; Zhang, Zhang, Yang, & Li, 2017)。邱会霞(2017)的研究对 497 名被试的感恩和幸福进行了相关和回归分析, 结果显示, 感恩与心理幸福感及其各维度均存在显著的正相关, 且感恩可以显著预测幸福感, 这表明感恩有助于个体更好的发挥自身潜能, 促进自我实现。感恩对主观幸福感的预测作用可以从拓展建构理论进行解释: 感恩可以增强个体认知, 也可以拓展个体的社会资源, 因此感恩倾向比较高的人, 能与他人建立较好的人际关系, 从而在交往过程中体验到更多积极情绪, 主观幸福感便会因此提升(林婵, 2014)。具有感恩倾向的人会认为世界是公正的, 因此也会采用更加积极的方式解决问题, 从而导致幸福感提升(Jiang, Chen, & Wang, 2017)。为了构建社会主义和谐社会, 提升广大人民群众对生活的幸福感是我们党一直以来的奋斗目标, 所以从日常感恩入手, 认真研究探讨感恩如何对幸福感产生影响是很有必要的。

## 1.2. 自尊与主观幸福感

自尊(self-esteem), 根据字面意思, 可以解释为自我尊重, 也作尊重自己, 也是平时我们在日常生活中所说的自己的尊严。而在心理学领域的研究中, 心理学家对它有着不同的界定: 它是指人类在外界生存(尤其是社会环境)时, 对他人评价与自身评价相对比而产生的心理与行为习惯的主观体验(董志明, 2006)。自尊是人格自我调节结构的一种心理成分。自尊是个人对自己正面、积极、肯定的评价。有大量的研究表明, 自尊与主观幸福感联系密切(毕重增, 张萍, &朱晓菲, 2012; 马欣然, 任孝鹏, 董夏薇, &朱廷劭, 2017; 黄海等人, 2018; 李明湜, 2018; Wang, Wang, Gaskin, & Hawk, 2017; Barnum & Perrone-McGovern, 2017), 如邓林园, 马博辉, &武永新(2015)认为被试的集体自尊和个体自尊与主观幸福感都呈现显著的正向相关。程翠萍和黄希庭(2016)认为高校学生的勇气对主观幸福感具有正向预测作用, 这种预测作用的产生很大程度上是通过个体对自我价值的主观评价(即自尊)所起到的中介作用而间接影响主观幸福感的。自尊和主观幸福感之所以会产生上述关系是因为自尊是个体自我保护的缓冲区, 当遭受消极事件时, 个体会自发地采取一定策略以应对当前情况, 当情况发生变化时, 他们也会努力调整以保持最佳的状态, 使个体时刻处于良好状态中, 从而削减了消极事件对幸福感的影响, 维护了个体主观幸福感的稳定性(毕重增, 张萍, &朱晓菲, 2012; 马欣然, 任孝鹏, 董夏薇, &朱廷劭, 2017; Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2010)。

综上, 本研究拟考察感恩、自尊和主观幸福感三个变量之间的关系。

## 1.3. 自尊的中介效应

道德情感理论(moral affect theory)认为感恩具有道德功能, 它既可以作为接受他人帮助的反应行为, 也可以作为帮助他人的强化物(Mccullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001)。个体对感恩的表达强化了其道德水平, 表现出更多助人行为, 从而提升了个体的自尊和自我价值感(马佳宝, 2017; Froh, Emmons, Card, Bono, & Wilson, 2011)。此外, 感恩会促使个体对内在目标的追求、对高级需要的满足, 这些目标和需要的满足会使个体产生一种价值感, 从而使自尊得到极大程度的提升。这些研究为感恩可以影响自尊提供了依据。而在上一节, 笔者论述了自尊对主观幸福感的影响, 综上可以推测, 自尊在感恩和主观幸福感之间起到了一定的中介作用。

现有一部分研究表明自尊确实在感恩与主观幸福感之间起到了中介作用, 如舒亚丽等人(舒亚丽&沐守宽, 2014b)以大学生和中学生作为被试的两项研究的结果表明感恩、自尊与主观幸福感三个变量之间存在显著的相关关系。苗静宇、陈启山和高姜明(2013)以初中生作为被试的科学研究表明自尊能够有力的预测初中生的主观幸福感。刘松, 陈立夫和游旭群(2017)对感恩与生活满意度进行研究时发现: 自尊在感恩与生活满意度之间起到了中介作用, 生活满意度是主观幸福感的重要组成成分之一, 这也暗示着自尊在感恩与主观幸福感之间存在着一定中介作用。Lin (2015)探讨了感恩、自尊、主观幸福感与抑郁的关系, 结果与上述研究结果一致, 得出了自尊在感恩与主观幸福感之间起到了中介作用, 感恩程度越高, 自尊水平越强, 获得的主观幸福感便越多。这些研究都说明了自尊很有可能在感恩和主观幸福感之间起到了中介作用, 这为本文探讨感恩影响主观幸福感的作用机制提供了方向。综上, 本研究试图研究感恩与主观幸福感的关系, 并假设自尊在感恩与主观幸福感之间起到了中介作用。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究对象

在某高校随机选取 329 名学生进行测试, 共收回问卷 329 份。剔除漏答、大片空白和雷同答案的问卷, 剩余有效问卷 315 份, 有效率为 95.74%。其中男性 136 人、女性 179 人; 大一 67 人(男 25 人, 女 42 人)、大二 64 人(男 25 人, 女 39 人)、大三 95 人(男 61 人, 女 34 人)、大四 83 人(男 23 人, 女 60 人)、

大五 6 人(男 2 人, 女 4 人)。

## 2.2. 研究材料

### 2.2.1. 感恩自评量表

感恩的测量使用了史文(2008)等人编制的感恩量表。修订过后的量表有感恩深度、感恩广度以及感恩密度三个分量表, 感恩广度是指一个人在生活方面的感恩多少, 包括 4、7、10、11、12、13 题; 感恩密度是指某事完成后, 个人想对多少人表示感谢, 包括 1、5、8、9 题; 感恩深度是指一个人与他人交往时, 对诱发感恩事情的体验强度, 包括 2、3、6 题(马云献&扈岩, 2004)。在本次研究中, 总量表的克隆巴赫  $\alpha$  系数为 0.81, 信度较好。测验共 13 个项目, 采用 5 点计分的方式, 其中 5、8、9 题需要反向计分。

### 2.2.2. 自尊量表

对于自尊的测量, 采用 Rosenberg 编制的自尊量表中文修订版(SES), 该量表总共有 10 道题, 进行 1—4 级评分, 其中 3、5、8、9、10 题反向计分。据陈菲菲, 毕重增和韩梦霏(2015)的研究, 该量表的信效度良好。在本研究中, 自尊量表的克隆巴赫  $\alpha$  系数为 0.77。

### 2.2.3. 主观幸福感量表

华南师范大学郑雪教授结合中国大学生基本情况, 依据《国际大学调查》修订了主观幸福感量表(孙配贞, 郑雪, &余祖伟, 2009), 它具有生活满意度、积极情感和消极情感三个分量表, 其内部一致性系数分别是 0.77、0.84 和 0.86, 该量表已被证实在不同文化背景中有非常好的信效度(Diener, Gohm, Suh, & Oishi, 2000)。

## 2.3. 研究过程

在征得被试同意后, 给被试发放问卷。在作答之前向被试强调测验不记名、测试结果保密、答案无对错之分, 要求被试根据真实情况作答。被试完成问卷所有题目大约需要 10 分钟。收集所得所有数据录入 SPSS 22.0 进行如下分析: 1) 感恩、自尊和主观幸福感得分的相关分析; 2) 自尊对感恩与主观幸福感的中介效应分析。

## 3. 研究结果

### 3.1. 感恩、幸福感和自尊的相关分析

对感恩、自尊和主观幸福感的得分进行皮尔逊相关分析, 如表 1 所示。自尊、感恩和主观幸福感得分的平均值和标准差也在表 1 中呈现。

从相关分析的结果可知: 大学生的感恩、主观幸福感和自尊之间存在相关。感恩与主观幸福感存在显著正相关( $r = 0.41, p = 0.000$ ); 自尊与主观幸福感存在显著正相关 ( $r = 0.46, p = 0.000$ ); 感恩和自尊存在正相关 ( $r = 0.34, p = 0.000$ )。此外, 上述研究结果也预示着自尊可能在感恩对主观幸福感的影响中存在中介作用, 可以对其进行更深层次的检验。

### 3.2. 自尊的中介效应分析

感恩、主观幸福感和自尊之间呈现了显著相关, 满足了进行中介效应分析的条件。根据温忠麟等人(温忠麟, 张雷, 侯杰秦, &刘红云, 2004)提出的“依次检验回归系数法”对自尊进行中介效应分析, 具体结果见表 2。

由表 2 可知: 第一步中, 主观幸福感对感恩的回归系数  $c$  ( $\beta = 0.41, p = 0.000$ )显著; 第二步中, 自尊对感恩的回归系数  $a$  ( $\beta = 0.34, p = 0.000$ )显著; 第三步中, 主观幸福感对自尊和感恩的回归系数  $b$  ( $\beta = 0.37,$

**Table 1.** Correlation analysis between self-esteem, gratitude and subjective well-being  
**表 1.** 自尊、感恩和主观幸福感之间的相关分析表

	<i>M</i>	<i>SD</i>	自尊	感恩
自尊	28.64	3.60		
感恩	51.54	6.04	0.34***	
主观幸福感	106.66	18.86	0.46***	0.41***

注: \*表示  $p < 0.05$ , \*\*表示  $p < 0.01$ , \*\*\*表示  $p < 0.001$ , 下同。

**Table 2.** Regression analysis of the mediating role of self-esteem  
**表 2.** 自尊的中介效应回归分析表

	自变量	因变量	$\beta$	<i>t</i>	$R^2$	<i>F</i>
第一步	感恩	主观幸福感	0.41	7.94***	0.17	62.97***
第二步	感恩	自尊	0.34	6.37***	0.11	40.51***
第三步	自尊	主观幸福感	0.37	7.23***	0.28	62.80***

$p = 0.000$ )和  $c'$  ( $\beta = 0.29, p = 0.000$ )显著。因此, 自尊的部分中介效应显著, 大学生的自尊可以预测其感恩和主观幸福感得分, 这验证了假设: 自尊在感恩与主观幸福感之间起到了中介作用。其标准回归方程: 主观幸福感 =  $0.37 \times$  自尊 +  $0.29 \times$  感恩。从  $R^2$  的变化也可以看出, 将自尊作为中介变量后, 自变量对因变量的解释程度增加了, 最终自尊和感恩解释了 28% 的变异。中介效应占总效应的比例(ab/c)为 0.307。自尊的部分中介效应模型如图 1 所示。

## 4. 讨论

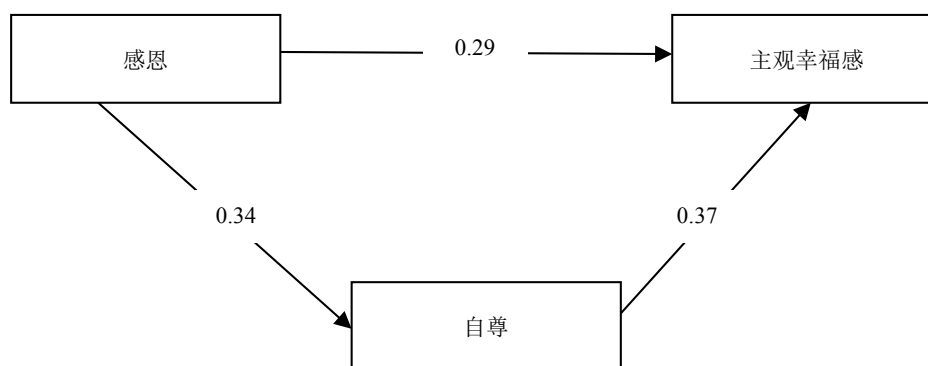
### 4.1. 感恩、自尊和主观幸福感的相关关系

#### 4.1.1. 感恩和主观幸福感的相关关系

根据前面的数据分析结果显示, 大学生的感恩和主观幸福感呈现显著的相关关系。在进一步回归分析上, 感恩和幸福感的回归系数是显著的。McCullough, Tsang 和 Emmons (2004)对大学生进行科学研究, 发现感恩程度高的个体, 对生活更加满足, 会对生活产生更积极的态度, 从而产生更积极向上的情绪, 拥有更少的消极情绪, 这与 Fredrickson (2001)提出的积极情绪扩展和建设理论的内容基本一致。该理论认为: 人们需要拥有体验积极情绪的能力, 而这种能力是帮助人类繁荣的重要力量。在人们的生活中, 有一些积极情绪的经历, 也有那些受消极情绪困扰的时刻, 而人类的幸福感是积极和消极情绪的总体平衡导致的, 感恩便能作为一种积极情绪, 不断的调整与消极情绪的关系, 促使人们变得生活美满。从精神病理学的角度来讲, 感恩和个体抑郁症状表现(Wood, Maltby, Gillett, Linley & Joseph, 2008)和抑郁特质(Wood, Joseph, & Maltby, 2008, 2009)呈现显著的负相关。综上所述, 感恩可以有效预测幸福感。

#### 4.1.2. 感恩和自尊的相关关系

在对感恩和幸福感进行相关分析后, 得出结论: 感恩和自尊呈现显著的相关关系。根据董志明(2006)的观点, 自尊是个体在社会生活中, 不断吸取外界对自身评价, 从而形成自我价值评价和行为倾向的主观体验。因此, 对于产生上述结果的原因可能是, 个体对周围的人和事产生了感激之情, 会采取一系列亲社会行为来报答周围的人, 所以周围的人会对其产生积极的评价, 因而个体获得了较高的自我评价, 即获得高水平自尊。阿德勒的观点认为, 个体不断克服自卑, 从而产生更高的价值感。其中, 自卑可以看做是低自尊的表现, 而为了提升自尊, 有一种方法便是采取一系列亲社会行为。感恩便是一种亲社会



**Figure 1.** The structure of the mediating role of self-esteem  
**图 1.** 自尊的中介效应示意图

行为(董志明, 2006)。综上所述, 并在进一步回归分析后, 得出感恩可以正向预测自尊的结论。

#### 4.1.3. 自尊和主观幸福感的相关关系

根据上述研究结果: 自尊与主观幸福感存在显著的相关关系, 而在随后进行的回归分析表明, 自尊可以对主观幸福感进行有力的预测, 这从一定程度上证明了其他研究者的结果(张雯&郑日昌, 2004; 陈丽娜&张建新, 2004; 舒亚丽&沐守宽, 2014a, 2014b; 苗静宇, 陈启山, &高姜明, 2013)。然而, 还是存在一些与本文结果相反结果的研究, 某学者的探究结果表明, 在单独个体的水平上, 自尊和幸福感呈现显著相关关系, 但是从整体水平上考察, 两个变量之间的相关关系不显著(王淑燕, 2006), 这可能与研究所选择的被试有关。本文及其他结果相近学者选用的被试是中国学生, 集体主义观点较强, 因而结果显著; 而国外的研究选取被试是具有个人主义的外国被试, 因而, 在个体上结果显著, 整体上结果不显著。对于自尊和幸福感的相关关系在本质上是否显著相关, 则需要进行大量的研究。

#### 4.1.4. 自尊、感恩和主观幸福感的关系及自尊的部分中介作用

根据上述研究结果和分析发现: 自尊、感恩和主观幸福感三个变量之间, 任意两个变量之间都出现了显著的相关, 而在随后进行的回归分析中, 统计结果发现自尊和感恩可以有效预测主观幸福感, 后续的回归分析表明: 自尊在感恩和主观幸福感两个变量中起到了部分中介效应, 这与前人的研究结果基本一致(舒亚丽&沐守宽, 2014a, 2014b; 苗静宇, 陈启山, &高姜明, 2013)。通过前面的分析可知: 个体自尊程度越高, 感恩水平程度越高, 主观幸福感也就越高。通过 Fredrickson (2001)提出的积极情绪扩展和建设理论, 出现上述结果的原因可能是高水平感恩者对周围人和事物的感恩程度高, 在现有资源基础上, 建构了良好的人际关系, 所以个体对自己产生较积极的评价, 因而自尊水平提高, 进而去影响主观幸福感, 使大学生对生活满意度提升, 正性情绪增加, 负性情绪减少, 因此提升了幸福感。因此, 作为新时代的大学生, 我们应多培养积极向上的情绪, 多对我们身边的人和事表达出感激之情, 提升自己的自尊和感恩水平, 让我们变得更快乐、幸福。

## 4.2. 本研究的不足与展望

本文的研究对象是大学生, 对于其他年龄段的被试没有进行研究, 在今后的研究中, 可以对小学生和社会人士乃至老年人进行下一步的研究。此外, 由于国内对于感恩的研究较少, 感恩问卷的选择也存在着一定的局限, 在未来的研究中, 可以选择跨文化信效度较好的感恩量表使用。最后, 对于自尊的测量使用了问卷的形式, 而被试很有可能由于社会赞许效应或是其他原因, 使自尊的测量产生很大的误差, 因此, 在今后的研究中, 可以选择恰当的研究方法, 着重研究内隐自尊的中介效应。

## 5. 结论

大学生的感恩、自尊和主观幸福感之间均呈现显著的正向相关关系，大学生的自尊在其感恩和主观幸福感之间起到部分中介作用。

## 基金项目

天津师范大学社科基金培育课题：集体记忆中的社会心理学问题，项目编号(043/135202WZ1703)。

## 参考文献

- 毕重增, 张萍, 朱晓菲(2012). 自尊对主观幸福感的影响: 有调节的中介效应. *心理科学*, 35(3), 683-686.
- 陈菲菲, 毕重增, 韩梦霏(2015). 中文版 Rosenberg 积极自尊量表的信效度检验. *心理学进展*, 9, 531-535.
- 陈丽娜, 张建新(2004). 大学生一般生活满意度及其与自尊的关系. *中国心理卫生杂志*, 18(4), 222-224.
- 程翠萍, 黄希庭(2016). 大学生勇气与主观幸福感的关系: 一个有调节的中介模型. *心理发展与教育*, 32(4), 478-485.
- 邓林园, 马博辉, 武永新(2015). 初中生依恋与主观幸福感: 自尊的中介作用. *心理发展与教育*, 31(2), 230-238.
- 董志明(2006). *自尊的结构及发展研究*. 硕士论文, 武汉: 华中师范大学.
- 黄海, 彭鑫鹏, 郭振豪, 林旺, 黄祺临, 齐可洋, 孙皓(2018). 军校学员组织支持、自尊与主观幸福感的关系. *中国健康心理学杂志*, 26(4), 604-607.
- 李明湜(2018). 大学生自尊与主观幸福感的关系研究. *山西高等学校社会科学学报*, 30(1), 62-66, 86.
- 林婵(2014). *大学生感恩、社会支持与心理幸福感的关系研究*. 硕士论文, 长春: 吉林大学.
- 刘松, 陈立夫, 游旭群(2017). 感恩与生活满意度的关系: 多重中介探究. *心理科学*, 40(4), 954-960.
- 罗竖元(2014). 回顾与展望: 居民主观幸福感的内涵、测量与影响因素研究述评. *理论评述*, 3, 89-92.
- 马佳宝(2017). *感恩对利他行为的影响*. 硕士论文, 济南: 山东师范大学.
- 马丽(2011). *感恩与主观幸福感: 中介效应和调节效应的探讨*. 硕士论文, 南京: 南京大学.
- 马欣然, 任孝鹏, 董夏薇, 朱廷劭(2017). 名字喜爱度对主观幸福感的影响: 自尊的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 25(2), 374-377.
- 马云献, 扈岩(2004). 大学生感戴量表的初步编制. *中国健康心理学杂志*, 12(5), 387-389.
- 苗静宇, 陈启山, 高姜明(2013). 初中生感恩、自尊与主观幸福感的关系. *校园心理*, 11(4), 233-235.
- 邱会霞(2017). *高中生感恩、生命意义和幸福感的关系*. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 史文(2008). *大学生感戴现状及其影响因素的研究*. 硕士学位论文, 西安: 西北大学.
- 舒亚丽, 沐守宽(2014a). 大学生感恩和幸福感的关系——自尊的中介作用. *牡丹江大学学报*, 23(2), 171-174.
- 舒亚丽, 沐守宽(2014b). 中学生感恩、自尊与主观幸福感关系研究. *牡丹江师范学院学报(哲社版)*, 184(6), 128-130.
- 孙配贞, 郑雪, 余祖伟(2009). 初中生感戴、自尊与学校生活满意度的关系. *中国临床心理学杂志*, 17(6), 750-752.
- 孙玮玮(2014). *青少年感恩与主观幸福感的中介效应和调节效应分析*. 硕士学位论文, 温州: 温州大学.
- 王淑燕(2006). *硕士研究生主观幸福感的特点及其与自尊的关系研究*. 硕士学位论文, 长春: 吉林大学.
- 温忠麟, 张雷, 侯杰秦, 刘红云(2004). 中介效应程序及其应用. *心理学报*, 36(5), 614-620.
- 张雯, 郑日昌(2004). 大学生主观幸福感及其影响因素. *中国心理卫生杂志*, 18(1), 61-62.
- Barnum, E. L., & Perrone-McGovern, K. M. (2017). Attachment, Self-Esteem and Subjective Well-Being among Survivors of Childhood Sexual Trauma. *Journal of Mental Health Counseling*, 39, 39-55. <https://doi.org/10.17744/mehc.39.1.04>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2010). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 1-44. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychology Bulletin*, 95, 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Gohm, C. L., Suh, E., & Oishi, S. (2000). Similarity of the Relations between Marital Status and Subjective Well-Being across Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 419-436.

<https://doi.org/10.1177/0022022100031004001>

- Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *American Psychologist*, *56*, 218-226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Froh, J. J., Emmons, R. A., Card, N. A., Bono, G., & Wilson, J. A. (2011). Gratitude and the Reduced Costs of Materialism in Adolescents. *Journal of Happiness Studies*, *12*, 289-302. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9195-9>
- Jiang, H., Chen, G., & Wang, T. (2017). Relationship between Belief in a Just World and Internet Altruistic Behavior in a Sample of Chinese Undergraduates: Multiple Mediating Roles of Gratitude and Self-Esteem. *Personality & Individual Differences*, *104*, 493-498. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.09.005>
- Lin, C. C. (2015). Gratitude and Depression in Young Adults: The Mediating Role of Self-Esteem and Well-Being. *Personality & Individual Differences*, *87*, 30-34. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.017>
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is Gratitude a Moral Affect? *Psychological Bulletin*, *127*, 249-266. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.2.249>
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in Intermediate Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individual Differences and Daily Emotional Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, *86*, 295-309. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.295>
- Wang, J. L., Wang, H. Z., Gaskin, J., & Hawk, S. (2017). The Mediating Roles of Upward Social Comparison and Self-Esteem and the Moderating Role of Social Comparison Orientation in the Association between Social Networking Site Usage and Subjective Well-Being. *Frontiers in Psychology*, *8*, 771. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00771>
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2008). Gratitude Uniquely Predicts Satisfaction with Life: Incremental Validity above the Domains and Facets of the Five Factor Model. *Personality and Individual Differences*, *45*, 49-54. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.02.019>
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude Predicts Psychological Well-Being above the Big Five Facets. *Personality and Individual Differences*, *46*, 443-447. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.012>
- Wood, A. M., Maltby, J., Gillett, R., Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). The Role of Gratitude in the Development of Social Support, Stress, and Depression: Two Longitudinal Studies. *Journal of Research in Personality*, *42*, 854-871. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.11.003>
- Zhang, L., Zhang, S., Yang, Y., & Li, C. (2017). Attachment Orientations and Dispositional Gratitude: The Mediating Roles of Perceived Social Support and Self-Esteem. *Personality & Individual Differences*, *114*, 193-197. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.006>

#### 知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>  
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>  
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

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

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