

獨樂樂不如眾樂樂： 人際關係是影響樂觀解釋風格與幸福感間關 係的中介角色*

黎佩欣 朱玲慧 余民寧**

國立政治大學教育學系

近年來，國小學童的心理健康與幸福感日益受到大眾的重視，國內相關研究仍有待發展；過去研究發現，個人樂觀與否會影響看待事物的方式，而對於幸福感受亦具有預測力，然而，國小學童身處於家庭與學校環境中，與重要他人和同儕的人際關係對個人的影響亦不容忽視。因此，本研究目的在探究國小學童的樂觀解釋風格對幸福感的影響，以及人際關係是否能在樂觀解釋風格與幸福感之間扮演中介角色。本研究的研究對象是北區五所國小共 1322 位六年級的學生，資料乃從對國小學生進行的五波縱貫性研究中，抽取 2012 年蒐集的第五波資料進行分析。本研究採用結構方程式模型 (SEM) 探討研究變項之間的關係。研究結果發現：(1) 國小學生的樂觀解釋風格與人際關係具有顯著正向的關係；(2) 國小學生的人際關係與幸福感之間具有顯著正向的關係；(3) 國小學生的人際關係在解釋風格與幸福感之間扮演完全中介的角色。由研究結果可知，在提昇國小學生的幸福感上，人際關係扮演了重要角色。最後，依據分析結果，研究建議老師及家長給予學生正向支持，並關注學生在校與同儕之間的人際關係，將有助於提昇學生的幸福感受。

關鍵詞：人際關係、中介變項、幸福感、樂觀解釋風格。

壹、緒論

一、研究動機與目的

樂觀的人，隨時期待美好的事情發生，而悲觀的人，則隨時等待壞事的降臨 (Carver, Scheier, Miller, & Fulford, 2011)。海倫凱勒亦曾說過：「樂觀是引領成功的信念，若個體失去希望和信心，則沒有任何事能夠完成」，樂觀為我們帶來希望，幫助我們在面對困難

* 本文作者感謝科技部補助本研究案的全部經費，補助編號為：NSC99-2511-S-004-003-MY3。

** 通訊作者：余民寧，臺北市文山區指南路二段 64 號，email: mnyu@nccu.edu.tw

時，仍能用正面的態度面對，迎接未來的挑戰。過去學者更發現，樂觀傾向與個體幸福感之間有顯著的關聯（李新民、陳蜜桃，2009；袁莉敏、張日昇、趙會春、柳恒超，2006），當個體對未來懷有較正向的看法時，也會有較高程度的幸福感受。由此可見，樂觀的重要性不容小覷。

Seligman、Reivich、Jaycox 與 Gillham（1995）指出，樂觀的發展源自於四個重要的因素，分別為基因、父母的解釋風格、周圍長輩對兒童的評價，以及兒童的生活經驗（Kirschman, Johnson, Bender, & Roberts, 2011）。亦即，兒童的樂觀與否，除了本身所具備的特質外，周遭的人際影響更扮演了重要的角色，兒童透過與周遭個體的互動，建構起其對於事件的不同解釋方式，當兒童從成人身上獲得較高的評價時，兒童將會展現較高程度的樂觀；反之，則會較為悲觀，對生活中的事物也較容易缺乏動機和期待，並進一步影響其所感受到的快樂。

Carver 等人（2011）指出對於樂觀的界定，部分學者視樂觀為一種穩定的特質，而另一部分的學者則認為樂觀是由於個體對事物不同的解釋方式而造成的。有「正向心理學之父」之稱的 Martin E. P. Seligman 即認為樂觀是一種解釋型態，以樂觀方式解釋事件的人，往往能夠在失敗中努力（洪蘭譯，1997/1990）。個人對事件的解釋風格之所以重要，乃在於它影響著個體第一時間面對問題的態度，若從諮商輔導的角度來看，Beck 的認知治療即強調認知是決定個體如何感受與表現的主要原因，情感及行為的產生乃源自於個體對於周圍世界的解釋，當個體傾向以樂觀方式解釋事情時，對於未來往往充滿活力和能量，相反的，當個體擁有錯誤的歸因方式時，則容易顯得鬱鬱寡歡。就兒童而言，幫助兒童以樂觀的方式解釋生活中的事件，亦有助於兒童自信心的建立，提升對生活的滿意度（曾雪芳、張景媛、陳淑茗、何其安，2009）。

人際關係是與他人透過語言、思想、情感互相影響的過程（張芳全、夏麗鳳，2011）。這種與他人的相處與互動，是人在成長過程必須學習的，在華人的文化脈絡中更是如此。儘管受到西方文化的影響，我們的社會仍強調人際關連性與社會關係的重要性（楊國樞，2004）。既然個人的解釋風格是面對事件時的想法與態度，那麼，在人際互動的過程中，傾向樂觀的人，應該會以期待而正面的方式看待人際關係，不會困囿於與他人互動過程中的枝微末節，而覺知到有較良好的人際關係、擁有較多的資源與支持。也因此，人際的互動受到個人解釋型態的影響；個人所感受到的人際資源，在生活中形成一個特殊的影響因子。簡單來說，個人的人際網絡、接受到的社會支持可說是一種資本，影響著個人身心健康的發展（Kim & Kim, 2013）。

在現在的社會中，人們不再單獨以身體狀態衡量一個人健康與否，而日益重視心理健

康的問題。過去國內大多對幸福感的研究集中在大學生，較少討論兒童的幸福感；然而，近年來，社會也越來越重視國小學童的壓力、心理健康等問題；在兒童成長的過程中，父母、老師及同學對兒童扮演著舉足輕重的角色，除兒童本身的解釋風格外，與重要他人的互動也在兒童的身心健康層面上佔有不可或缺的地位。因此，了解與維護兒童心理健康，成為當前一項仍待努力的目標。綜上所述，本研究之目的在於瞭解樂觀解釋風格、人際關係對國小學童幸福感的影響；以及樂觀解釋風格透過人際關係對國小學童幸福感的影響。

二、文獻探討

(一) 樂觀解釋風格與人際關係

解釋風格是指事件發生時，個體對於發生原因的解釋方式，最早乃修正習得無助之理論而來（陳淑貞、翁毓秀，2006），為 Abramson、Seligman 與 Teasdale（1978）提出「習得無助的修正模式」（reformulations of learned helplessness model）時所提出的概念，他們認為隨著個體所面對事件的不同，個體會有不同的解釋方式，當個體感到無助時，個體會試著去解釋事情發生的原因，而原因的解釋又可分為三個向度：內在／外在（internal versus external）、穩定／不穩定（stable versus unstable）與普遍／特定性（global versus specific）。而個人對負向事件的解釋向度的習慣，若為內在、普遍、穩定的方式解釋，則解釋風格屬於悲觀（高民凱、林清文，2008）。Weiner 的自我歸因論（self-attribution theory）則從個人對行為結果的解釋出發，發現個人主要會以能力、努力、工作難度、運氣、身心狀況與其他等因素歸結自己的行為結果，個人的歸因主要包含三個向度：因素來源（locus）、穩定性（stability）、能控制性（controllability），且個人歸因的方式可能影響到個體的情緒與感受（Weiner, 1979；張春興，2007）。綜合來說，個體在面對負向生活事件時，若將事件歸因為內在的、穩定的、普遍的，即認為負向事情的發生乃源自於自己本身，且認為該事情難以改變時，則個體將會趨於悲觀；反之，個體將會較為樂觀。對於樂觀概念的探討，部分研究指出個體所表達的悲觀，不等同於個體表達較少的樂觀，亦即，樂觀和悲觀兩者為不同的向度，分別擁有不同的因素和概念（Chang, Sanna, & Yang, 2003）。然亦有學者認為，此乃出於語言上的方便性，事實上，兩者存在於同一向度，從非常樂觀到非常悲觀，而多數的人介於兩者之間（Carver et al., 2011）。

過去學者對於樂觀概念的研究主要包含兩個方向：一種為將樂觀視為穩定的人格特質，研究重點在「樂觀傾向」；另一種則著重在為個體的「解釋型態」（王蕾雁、陳美芳、曾文志，2013）。Carver 等人（2011）指出，對於樂觀的測量，最常見的方式有兩種，一種是透過直接詢問個體對於他們未來的看法是好的或是壞的來測量，另一種方式，則是透

過個體對於過去生活事件的解釋方式來理解 (Peterson & Seligman, 1984)。

張芳全與夏麗鳳 (2011) 指出，人際關係是一個人與他人藉由語言、思想、情感互相影響的歷程；儘管狹義的人際關係指的是同儕的互動，廣義來看，人際關係包括親子、兩性、手足和師生等部分 (Devito, 1994)。不同的人際關係理論強調的環節不甚相同，如人際需求理論認為人際的建立與維持乃是依靠雙方的人際需求一致性；而社會交換理論則指出人際互動乃依循理性與平等的交換。整體來說，國小學童的主要生活空間包括家庭、學校兩大區塊，其中尤以父母、同儕與師長扮演了與學童互動的要角。

Ciarrochi 與 Heaven (2008) 探討高中生的解釋風格與人際中社會支持的關係，結果發現高中生的解釋風格顯著影響他們知覺到的社會支持，當他們以較負向或悲觀的方式解釋所發生的事件時，他們知覺到自身可以從人際關係獲得的支持就越少。Sumi (2006) 運用人際關係量表瞭解大學生樂觀與人際關係間的關係，結果顯示，樂觀與學生感受到的人際支持有正相關，而越樂觀的個體其人際衝突就越少。Greenberg、Seltzer、Krauss、Chou 與 Hong (2004) 以擁有精神分裂症孩子的母親為研究對象發現，母子間關係的品質與樂觀之間有正相關，其中，樂觀能夠完全中介關係品質與幸福感之間的關係；其他研究亦發現，面對孩子的問題行為，若母親擁有較高的樂觀特質時，母親也擁有較高的幸福感 (Baker, Blacher & Olsson, 2005)。然而，亦有研究有不同的結果，Kashdan 等人 (2002) 便發現，在父母與兒童的關係品質上，樂觀解釋風格並沒有任何顯著的影響。

綜上所述，本研究認為兒童越能以樂觀的方式看待周遭發生的事件時，其人際關係越好。然而，目前的研究著重在樂觀特質與社會支持或關係品質的探討，較少研究從樂觀解釋風格的面向，瞭解其對人際關係的影響；此外，以兒童作為研究對象的文獻更形稀少。因此，本研究欲從父母、師長與同儕三個向度了解兒童樂觀解釋風格對其整體人際關係的影響。

(二) 樂觀解釋風格與幸福感

樂觀 (optimism) 指個體對未來抱持著正向的期待，著眼於未來和較長遠的面向，而樂觀解釋風格 (optimistic explanatory style) 乃是個體習慣或傾向以怎樣的方式解釋一件事情所發生的原因 (Peterson & Steen, 2011; Carver et al., 2011)。基於樂觀解釋風格乃為樂觀概念的一種研究取向，因此，以下在探討樂觀解釋風格與幸福感之間的關聯時，本研究將從樂觀與幸福感、樂觀解釋風格與幸福感這兩個面向進行。

一個樂觀的個體，對於未來具有正向的看法，因此，相對於悲觀，樂觀過去即被認為與健康、成功及幸福感有關 (Forgeard & Seligman, 2012; 李新民、陳蜜桃, 2009)。在實證研究方面，樂觀與個體的幸福感間有正向顯著的關係 (Fotiadou, Barlow, Powell, &

Langton, 2008)。例如，對於青少年來說，樂觀傾向高的個體，幸福感（生活滿意、心理幸福感）相對較高（Ho, Cheung, & Cheung, 2010）。Conversano 等學者（2010）整理過去學者的研究，指出個體所抱持的樂觀態度，能夠幫助個體在面對困難時，擁有更彈性、更多元的應對方式，進一步影響個體的身心靈健康。而就長期的影響層面而言，學者亦發現，當個體擁有較樂觀的特質時，在之後的生活當中，也有較少的爭執，進而擁有較佳的幸福感（Carver et al., 2005; Neff & Geers, 2013）。

樂觀解釋風格與幸福感的相關研究顯示，隨著個體看待事情的方法不同，整體的心理適應也有所不同（Chang & Farrehi, 2001; Chang, Sanna, & Yang, 2003）。進一步從樂觀解釋的層面來看，普遍 / 特定、內 / 外在的解釋方式都可能影響個人的幸福感，例如高民凱與林清文（2008）發現，當中學生越傾向以通則性（普遍）的方式解釋，憂鬱傾向就越高；相反地，個人若傾向以正向的方式解釋，則此解釋風格可能成為一種保護。Sweetman、Munz 與 Wheeler（1993）發現樂觀以及解釋風格的內、外在層面都會影響個體的整體幸福感。此外，Ruthig、Haynes、Perry 與 Chipperfield（2007）更從樂觀偏見（optimistic bias）的角度了解樂觀對個體的影響，亦即個體對事件的結果有特定的解釋，並指出過多的樂觀有時反而對個體有負向的影響，然而他們的研究卻發現，具有樂觀偏見的個體相對於沒有樂觀偏見的個體，仍具有較高的幸福感。

就兒童層面而言，學者亦發現，樂觀特質對兒童的幸福感有顯著的預測力存在（王瑞敏、鄒泓，2008）；雖然目前對兒童樂觀概念的發展和瞭解仍相對不足，但樂觀仍在兒童的生活中扮演了一個重要的角色，能夠作為保護因子，幫助兒童在面對周遭的困難時，降低對兒童的傷害（Ey et al., 2004）。

綜合上述，本研究認為，透過瞭解個體對於目前生活事件的看法及解釋方式，得以瞭解個體的樂觀向度，若面對負向事件時，個體傾向以外在、不穩定及特定的方式解釋，則樂觀傾向較高，並進而使個人擁有較高的快樂和生活滿意，亦即擁有較高的幸福感。

（三）人際關係與幸福感

幸福感一般包含三個向度，分別為快樂、生活滿意以及正向情緒，當個體感受到較高的快樂、較佳程度的生活滿意，以及較多的正向情緒時，個體將會感受到較高的幸福感。Diener（1984）歸納三個幸福感的特色：第一，幸福感是主觀的，亦即，它是個體根據所感受到的生活經驗和狀況所作的主觀感受；第二，幸福感涵蓋正向情緒的測量，因為，即便個體負向情緒消失，也不代表個體有正向情緒；第三，幸福感的測量是對個體整體生活狀況的測量，是建基在整體脈絡下的狀況，非單一或個別的指標。

從社會資本（social capital）的理論來看，社會資本的概念看重人際關係網絡對個人

的影響，而對兒童或青少年而言，其人際關係主要環繞在家庭、學校及社區領域之中，若能在其中有較好的連結，則有助於心理健康（李思賢、張弘潔、李蘭、吳文琪，2006）。家庭的社會資本除了財務、人力外，也包含與其他人的互動關係；而學校的社會資本，除參與活動外，則包含與老師、同儕的互動。由此顯示，從社會資本取向探討，兒童或青少年在日常生活中的的人際互動關係，在心理健康上所扮演的角色甚為重要，而在探究兒童人際關係時，家人、同學、教師可說是三個關鍵的向度。

個人在家庭、學校的人際關係作為一種社會資本，過去研究發現其在幸福感上具有正面影響，且同時兼顧生理層面與心理層面。如 Wang 與 Luh（2009）指出，人際關係對個人的身心症狀皆會有所影響；他們發現，台灣青少年與父、母、手足、師長、同儕間的關係愈好，愈少出現身體上（如：頭痛）和心理上（如：感覺焦慮）的不適症狀，且其中以師生關係的預測力最高。也就是說，家長是否傾聽生活、師長是否鼓勵、不責罵、同學朋友是否能合作等，在學生身心健康方面都扮演相當重要的角色。但就心理幸福感方面檢視，Kim 與 Kim（2013）檢視高中學生與朋友、教師和父母的關係與學校生活滿意度的關係，其以單一題向測量學生的生活滿意度，結果發現學生所遭遇的同儕困境愈低，同儕關係、父母支持、師生關係愈好，生活滿意度愈高。而黃春太、姜逸群、黃雅雯與胡益進（2008）認為，國中生的社會資本與幸福感之間具有正向關係，家庭氣氛、親子關係、同儕關係、師生關係愈好，其幸福感愈高。而張芳全與夏麗鳳（2011）以四至六年級的新移民子女為對象，探討個人在師長關係、與家人關係、與同儕關係三個向度的人際關係之差異是否影響個人的幸福感。結果發現，與家人和同儕關係愈好，幸福感得分愈高。Oberle、Schonert-Reichl 與 Zumbo（2011）強調社會脈絡的重要性，其研究指出，當青少年的父母支持、正向同儕關係和樂觀增加，則心理上對生活的滿意度提高。由此可知，正向的人際關係，對兒童在生活上的心理幸福感受有其重要性。

綜合上述研究，個人的幸福感會受到人際關係的影響。在孩子的生活中，無論正向或負向的人際關係都可能對個人的幸福感造成相當大的影響，且父母或師長可能具有最大的影響力（Goswami, 2012；Wang & Luh, 2009）。亦即，對兒童和青少年而言，人際關係可以視為一種個人成長的保護因子，人際關係的重要性特別顯現在與家人、同學和教師上，而人際間關係及其品質與青年期的幸福感息息相關（Ma & Huebner, 2008）。

（四）人際關係的中介作用

儘管過去有文獻指出樂觀解釋風格對幸福感有正向影響（曾文志，2007；Oberle et al., 2011）。然而，解釋風格如何影響個人的幸福感之路徑並不清楚，單以樂觀解釋風格對

生活滿意度的影響來看，個人的解釋風格愈傾向樂觀，則幸福感愈高；反之，則愈低。那麼，兩者之間是否存有某種保護因子或說是中介的因素？Kapikiran (2012) 指出，個人對事件解釋的樂觀與否 (optimism) 與生活滿意度 (life satisfaction) 之間的關係有中介變項存在，他們發現情感 (affectivity) 無論是正向或負向，在此過程中均扮演了部分中介的角色。由此顯示，在對事件解釋的樂觀與否與個人之幸福感之間，可能仍存在著其他中介角色。

過去較少研究了解個體的解釋風格、人際關係和幸福感三者間的關係，以及人際關係對於另外兩者間的影響。研究發現當個體人際關係較和諧時，即當個體與他人的人際關係問題較少時，其憂鬱現象較低 (高民凱、林清文, 2008)；僅有部分研究同時探究樂觀解釋風格、人際關係、幸福感三者間的關係，且呈現了人際關係在解釋風格與生活滿意度間可能扮演的角色 (曾文志, 2007; Oberle et al., 2011)。

對於中介變項的瞭解，國外 Chang、Sanna 和 Yang (2003) 以歐裔美國人和韓國人為研究對象，試圖瞭解個體正負向感受對樂觀悲觀和心理適應 (包含生活滿意和憂鬱) 的中介效果。在韓國人當中，正負向感受完全中介樂觀和憂鬱情緒之間的關係，而在歐裔美國人當中，正負向情緒亦完全中介樂觀和憂鬱情緒及生活滿意度的關係，即個體的樂觀解釋會透過所感受到的正負向情緒，對其憂鬱造成影響。由此可知，個體所感受到的樂觀會透過感受到的正負向情緒，對憂鬱造成影響，如前所述，多數研究發現個體的人際關係越佳，所感受到的正向情緒越高，同時，憂鬱與幸福感之間有負相關存在，隨著個體所擁有的正向情緒越佳，會進而影響個體樂觀解釋與幸福感之間的關係。然而，本研究認為，除了正負向情緒以外，人際關係可能在樂觀解釋風格與幸福感之間扮演了更重要的角色。曾文志 (2007) 即認為樂觀與大學適應之間，社會支持 (訊息、情緒) 扮演了中介的角色；他進一步在實證資料中發現，社會支持扮演了中介的角色。由此研究顯示，人們在社會中網路連結的數量或人們所感知的資源，受到個體以樂觀方式解釋生活事件的影響，又進而影響個人的幸福感。綜合上述，人際關係即顯現出個人所知覺到的社會脈絡資源，它會中介個人樂觀解釋風格與幸福感之間的關係。

(五) 研究問題

基於上述動機，並綜合文獻評閱後，提出本研究的研究問題如下：

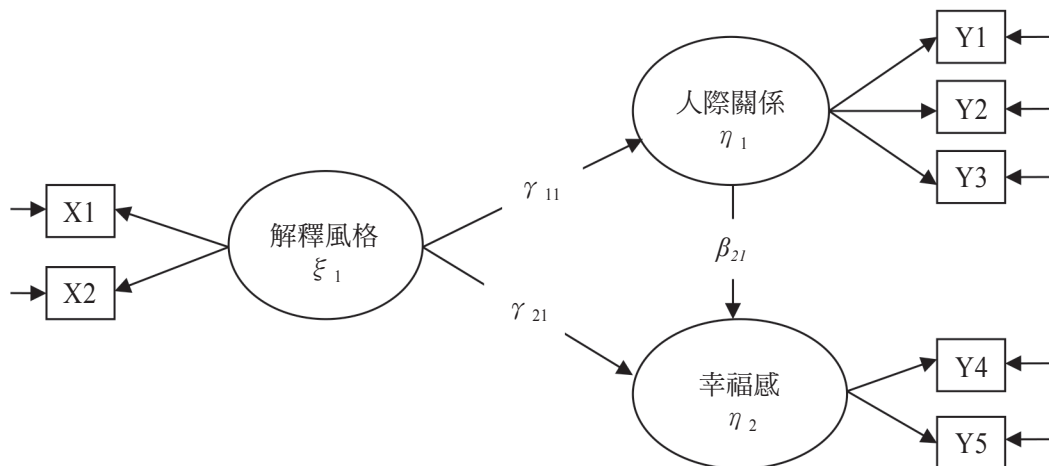
1. 樂觀解釋風格、人際關係是否對學生的幸福感有顯著的預測力？
2. 人際關係是否在樂觀解釋風格與幸福感之間，扮演中介者的角色？

貳、研究方法

一、研究架構之描述

歸納上述文獻可知，人際關係對幸福感的正面影響已獲得多數研究的證實，同時，亦有少數文獻發現個體解釋風格若趨於樂觀，則會有較佳的幸福感；然目前對於樂觀解釋風格、人際關係及幸福感三者關係的探討仍顯不足，故本研究乃奠基於上述文獻評閱的基礎，結合相關的實證文獻背景，建立如圖一所示之假想模式架構，即以樂觀解釋風格、人際關係及幸福感三者為基礎的因素結構關係模型圖；其中，包含 7 個測量變項 (X1-X2、Y1-Y5)，用來推估三個潛在變項 (樂觀解釋風格、人際關係及幸福感)，並提出下列研究假設：

1. 國小學童的樂觀解釋風格及人際關係對幸福感皆具有顯著的影響。
2. 國小學童的人際關係在樂觀解釋風格及幸福感間，扮演中介變項的角色。



圖一 樂觀解釋風格、人際關係及幸福感的結構關係假想模型

二、研究對象與抽樣方法

本研究資料，乃取自余民寧等人(2010~2012)的三年期科技部研究案釋出資料檔「新移民族群學生科學與數學學習的教育長期追蹤資料庫之建置 -- 國民小學階段新移民族群學生科學與數學學習的長期追蹤調查」(專題研究案編號為：NSC 99-2511-S-004-003-MY3)。該研究針對臺北市、新北市及桃園市等北臺灣三縣市，挑選新移民子女人數較多的五所國民小學(共計 1554 名學童參與)，進行橫跨三年期共計五波次(從小四下學期起，一直追

蹤到小六下學期止)的長期縱貫性追蹤調查,由於樣本流失、推論代表性問題與樣本配合度,該研究採全班施測,但僅針對新移民學童進行分析。本研究乃擷取當初收集完整的全班性資料數據進行分析,並僅抽取所釋出資料檔中的第五波資料進行分析,刪除樣本流失及作答不全者的人數後,該波共計有效樣本為國小六年級學童 1322 人。

三、研究工具與變項測量

本研究所採用之量表主要有三個部分,分別為樂觀解釋風格、人際關係,以及幸福感。茲分別說明如下:

(一) 樂觀解釋風格

本研究針對樂觀解釋風格的測量,乃是指個人對生活中所發生之正負事件的解釋方式。「樂觀解釋風格量表」乃參考 M. E. P. Seligman 所提「解釋風格理論」的組成因素(洪蘭譯,2009a/2006,2009b/2003)再針對樣本對象,加以自編設計而成的測量工具。解釋風格涵蓋內外、穩定性與責任歸屬三個向度,然由於內外、穩定性之題目信、效度不佳,因此,本研究從對事件解釋的穩定性及責任歸屬兩個向度出發,瞭解個人對生活事件的解釋是否偏向樂觀的方式。解釋風格量表兩個向度共有 4 題,相關題目如:「這次考試成績進步了。這是因為:……」、「上學遲到。這是因為:……」。

在填答方式上,受試者依各題目內容,自兩個選項中圈選一項符合個人對生活事件的解釋方式,分別歸屬於自己與外在他人兩個部分。當個體認為生活事件的發生是自己無法控制且以永久性的方式解釋時,此為悲觀者的解釋,記分為 0 分;反之,當個體認為生活事件的發生是自己能夠控制且以暫時性的方式解釋時,此為樂觀者的解釋,則計分為 1 分。總分得分愈高者,即代表受試者的解釋風格愈樂觀。過去 Kuder 與 Richardson (1937) 提出 Kuder-Richardson 第 20 號公式 (KR_{20}),認為 KR_{20} 為二分題目量表 α 係數的一種特殊形式(魏勇剛、龍長權、宋武譯,2010/2003,p51),適用於二分题目的信度估計方法(邱皓政,2010)。樂觀解釋風格的測量乃採用二元資料計分,隨著個體不同的解釋方式,將個體的解釋風格分為穩定與非穩定性、自己能夠控制與自己不能控制兩個向度,故採用上述 KR_{20} 作為此量表的信度係數。經分析後顯示,穩定性量表之 KR_{20} 為 .44,而控制性量表之 KR_{20} 為 .42。

(二) 人際關係

本研究所指的人際關係,包含三個向度,分別為「同學」、「家人」、「導師」。「人際關係量表」乃參考並引自國家教育研究院所發展建置的 TASA「台灣學生成就評量資料庫」

的共同問卷題目，擷取其中有關「同學」、「家人」、「導師」如何相處的測量題目，以組成本研究所需的測量工具，經過本研究刪除不良試題後，最後題目共計 11 題。「同學分量表」共計 2 題，題目如：「我會和同學一起討論功課」；其次，「家人分量表」共計 4 題，題目如：「我需要幫忙時會找家人協助」；「導師分量表」共計 5 題，題目如：「我喜歡我的導師」等。

在填答方式上，受試者依照實際與同學、家人、導師的相處情形，依照「從不如此」到「一直如此」的頻率中選擇。本量表採 Likert 式四點量表方式計分，「從不如此」計 1 分，「一直如此」計 4 分；得分愈高者，即表示個體整體的人際關係相處愈良好。在量表信度方面，經本研究分析後顯示，「同學」、「家人」、「導師」三個分量表之內部一致性信度（即 α ）係數分別為 .727、.802、.940，且總量表之內部一致性係數為 .877，顯示本量表具有良好的信度。

（三）幸福感

本研究引用 Diener（1984）、Diener、Suh、Lucas 與 Smith（1999）所編製的主觀幸福感量表來評估個體的幸福感。本研究之幸福感為個人對生活中「公認快樂」與「生活滿意」兩個層面的評估，每一個層面包含 3 個題目。在「公認快樂」分量表中，題目包含：「我覺得自己時時充滿喜悅」、「我覺得自己時時精神充沛」、「我認為自己是個很快樂的人」；「生活滿意」分量表中，題目包含：「我很滿意目前的食衣住行」、「我很滿意自己的生活方式」、「我覺得自己的生活很富足」。

在填答方式上，受試者依據個人在各題項上的生活狀態，從「非常不同意」到「非常同意」的程度填答。本量表採 Likert 式四點量表方式計分，填答「非常不同意」計為 1 分，「非常同意」計為 4 分；得分愈高者，即表示個人的幸福感愈高。經本研究分析後，兩個分量表之內部一致性信度（即 α ）係數分別為 .909、.867，且總量表內部一致性信度係數為 .90，顯示本量表具有良好的信度。

四、資料處理

本研究根據文獻探討結果，進行理論模式與適配度的考驗。以 SPSS 20 版進行描述性統計及相關分析，並以 Lisrel 8.7 版進行結構方程式模型（structure equation modeling, SEM）的檢驗，其中以最大概似估計法（maximum likelihood, ML）進行參數估計，了解各組合信度及平均變異抽取量，並參考根據 Hu 與 Bentler（1999）的建議，採用 GFI、CFI、NFI、NNFI（以上皆需大於 .90）及 RMSEA、RMR（以上皆需小於 .08）等六種指標作為判斷依準，以了解整體模式的適配程度（余民寧，2006）。

參、研究結果

一、描述統計

本研究針對收集的原始資料進行檢視，以完全刪除法處理有遺漏值的部分，最後得到 1322 筆完整的資料。本研究共計 7 個測量變項，用以推估三個潛在變項（樂觀解釋風格、人際關係、幸福感）。各觀察變項的平均數、標準差及相關係數，如表一所示，所有相關係數皆達到顯著水準 ($p < .05$)。根據 Kline (2005) 的見解，當測量變項的偏態係數絕對值小於 3 及峰度係數絕對值小於 10 時，為符合常態分配的判定標準。由此判準看來，本研究資料大致符合常態分配之條件，是故後續之潛在變項模式分析，可以採用最大似估計法去進行參數估計。

表一 觀察變項的描述統計與相關係數

因素	向度	平均數	標準差	偏態	峰度	1	2	3	4	5	6	7
解釋風格	1 穩定性	1.67	.59	-1.62	1.51	1						
	2 責任歸屬	1.38	.67	-0.61	-0.71	.124**	1					
	3 同學	5.81	1.60	-0.41	-0.51	.158**	.115**	1				
人際關係	4 家人	13.21	2.82	-0.41	0.84	.209**	.113**	.409**	1			
	5 導師	14.36	4.55	-1.02	0.51	.185**	.161**	.297**	.380**	1		
幸福感	6 生活滿意	9.60	2.20	-0.95	0.93	.213**	.085**	.296**	.382**	.311**	1	
	7 公認快樂	10.40	1.81	-1.27	2.41	.176**	.107**	.263**	.441**	.277**	.637**	1

$p < .05^*$, $p < .01^{**}$

二、測量模式

在驗證測量模式之前，本研究先對研究工具進行驗證性因素分析，以了解各潛在變項可被有效衡量的程度。本測量模型當中的 7 個測量變項，其因素負荷量分別介於 .51 ~ .80 之間， t 值介於 15.39 ~ 27.97 之間，且均達顯著水準 ($p < .01$)，顯示各題目的適切度佳，品質良好；測量模式各指標分別為： $\chi^2 = 72.84$ 、 $df = 11$ 、組合信度介於 .52 ~ .77 之間， $GFI = .98$ 、 $CFI = .98$ 、 $NFI = .98$ 、 $NNFI = .96$ 、 $RMSEA = .065$ 、 $RMR = .028$ ，顯示

本研究工具具有良好的信效度特性，使得後續的結構模式驗證得以順利進行，不會受到測量誤差的影響。此外，潛在預測變項、潛在中介變項及潛在效標變項三者之間，其相關介於 .54 ~ .76 之間，且均達顯著。測量模式之詳細數據如表二及表三所示。

表二 測量模式的因素負荷量摘要

因素與題目	標準化因素負荷量	標準誤	t值	平均變異抽取量	組合信度
樂觀解釋風格				.35	.52
穩定性	.67	.56	18.11		
責任歸屬	.51	.74	15.39		
人際關係				.37	.63
同學	.55	.70	18.55		
家人	.71	.49	24.28		
導師	.55	.70	18.56		
幸福感				.63	.77
生活滿意	.79	.37	27.65		
公認快樂	.80	.36	27.97		

註：所有標準化因素負荷量 (λ) 係數皆達顯著水準 ($p < .001$)

表三 測量模式中各潛在變項間之相關係數

潛在變項	1	2	3
1. 樂觀解釋風格	1		
2. 人際關係	.76***	1	
3. 幸福感	.54***	.69***	1

*** $p < .001$

三、結構模式與中介效果檢驗

本研究以國小學童的人際關係為潛在中介變項，樂觀解釋風格為潛在自變項，而幸福感為潛在效標變項，以進行結構關係模式之檢定。結果顯示，整體模式的適配度良好，其適配指標如表四所示。

表四 國小學童在樂觀解釋風格、人際關係及幸福感的模式適配指標

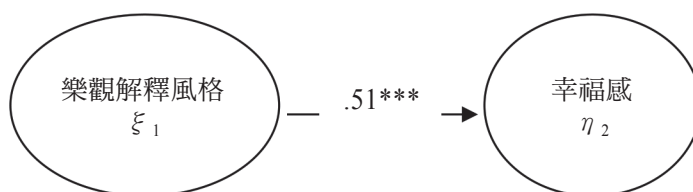
指標	<i>N</i>	χ^2	<i>df</i>	χ^2 / df	GFI	CFI	NFI	RMR	RESEA
全體學生	1322	72.84	11	6.62	.98	.98	.98	.028	.065

根據余民寧（2006）的建議，路徑關係參數估計值的 *t* 值絕對值至少需大於 1.96 以上，即可達統計學上的顯著性。本研究結果顯示此模型具有良好的適配程度，各指標如表五所示。此外，本研究採 Baron 與 Kenny（1986）的中介檢定模式，透過中介變項的檢定，以了解人際關係對樂觀解釋風格及幸福感的中介歷程。由圖二可發現，樂觀解釋風格對幸福感的路徑係數值原為 .51，*t* 值為 11.09，達顯著且有直接的影響關係（ $p < .001$ ）；同時，如圖三所示，樂觀解釋風格對人際關係的路徑係數值為 .77，*t* 值為 13.71，且人際關係對幸福感的路徑係數值為 .69，*t* 值為 13.83，兩者均達顯著。但加入中介變項人際關係後，原先樂觀解釋風格對幸福感的影響力則變為不顯著，其路徑係數值變為 .03，未達顯著（ $p > .05$ ），而樂觀解釋風格對人際關係的路徑係數值為 .76，且人際關係對幸福感的路徑係數為 .67，*t* 值分別為 13.37 和 7.13，兩者均達顯著（ $p < .001$ ），故人際關係具有顯著的中介效果。此外，從樂觀解釋風格對幸福感之間的間接效果值為 0.51（即 $.76 \times .67$ ），其 *t* 值為 6.59，亦達顯著水準（ $p < 0.01$ ）。總效果量為 .54，亦達顯著水準。從解釋變異量來看，樂觀解釋風格可解釋人際關係 58% 的變異量，且可解釋幸福感 48% 的變異量。在間接的解釋變異量方面，樂觀解釋風格透過人際關係則可對幸福感有約 28% 的解釋變異量。此完全中介效果的結構關係模型，如圖四所示。由上可知，此模型為完全中介模型，亦即人際關係在樂觀解釋風格和幸福感之間，扮演著完全中介變項的角色。

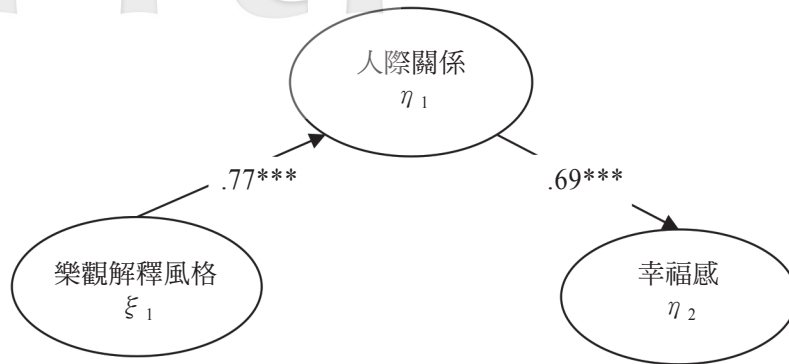
表五 全體學童在各潛在變項間影響關係之標準化效果量

	直接效果			間接效果	總效果
	γ_{11}	β_{21}	γ_{21}	$\gamma_{11} * \beta_{21}$	$\gamma_{21} + \gamma_{11} * \beta_{21}$
全體學生	.76	.67	.03	.51	.54

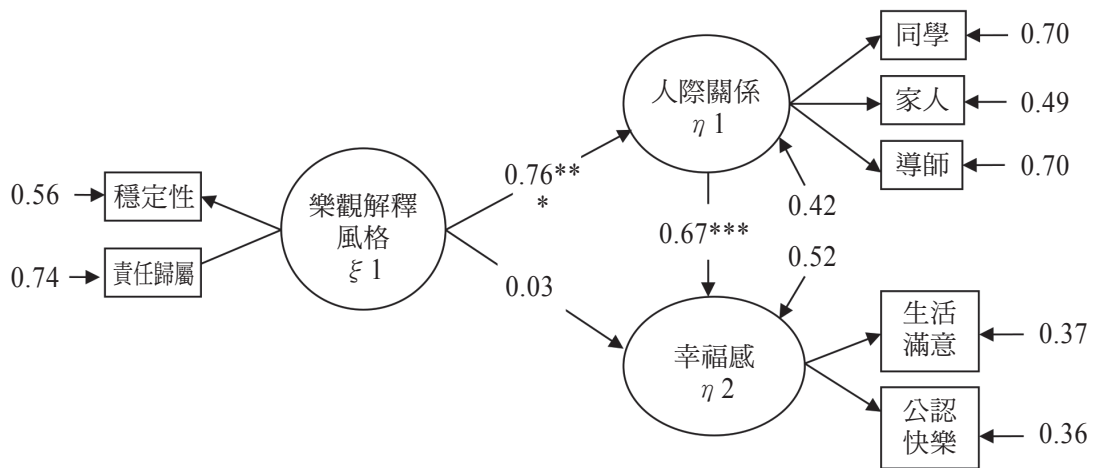
*** $p < .001$



圖二 樂觀解釋風格對幸福感的影響關係



圖三 樂觀解釋風格對人際關係、人際關係對幸福感的影響



圖四 完全中介效果的結構模型圖（標準化解）

肆、討論與建議

一、討論

本研究旨在運用結構方程式模型，探究國小學童樂觀解釋風格、人際關係與幸福感之間的關係。經模式驗證後，顯示整體模式的適配度良好，且經相關的信、效度分析後，結果顯示具有良好的信、效度。以下就研究結果之發現，進行綜合討論如下：

(一) 個人的樂觀解釋風格及人際關係，皆對幸福感具有顯著的預測力

本研究結果發現，國小學童的樂觀解釋風格與人際關係，個別對幸福感皆具有直接

且正向的影響。此發現印證了過去的研究（Chang & Farrehi, 2001; Chang, Sanna, & Yang, 2003），亦即，當個人解釋風格的樂觀傾向程度愈高時，個人能夠感受到的幸福感會愈高，同時，當個人的人際關係感受愈良好時，其幸福感也會愈高。

（二）人際關係在樂觀解釋風格與幸福感之間，扮演中介的角色

過去相關研究發現，樂觀解釋風格會影響幸福感，人際關係則提供個體資源，也會對幸福感有正向的影響。但是，當這兩者同時存在時，本研究進一步提出人際關係會在樂觀解釋風格與幸福感之間扮演中介角色的假設，確可由本研究實徵結果加以證實，人際關係完全中介樂觀解釋風格與幸福感之間的關係；亦即，樂觀解釋風格必須透過人際關係而影響幸福感。由此可見，人際關係在個體的樂觀解釋風格與幸福感之間，扮演了重要的中介角色。

更確切的說，國小學童在解釋風格上擁有較高程度的樂觀傾向，會使他們感知到較好的人際網路與資源，進而影響其幸福感。過去相關研究較少，僅曾文志（2007）的研究指出社會支持在樂觀與幸福感之間的部分中介角色，而本研究則進一步顯示個人知覺的人際關係在樂觀解釋風格與幸福感之間扮演了完全中介的角色。本研究亦間接指出人際關係在兒童中所扮演的重要性，儘管個體的解釋風格樂觀與否會影響個人的幸福感受，但個人的樂觀透過與良好的人際關係互動後，更放大了個人對於生活滿意和公認快樂的幸福感受。隨著個體人際關係的發展愈趨良好，則更完全中介了樂觀解釋風格對幸福感的影響力。

幸福感乃是立基於整體脈絡，對個人生活的測量（Diener, 1984）。綜合而言，本研究顯示，若欲期望提昇學生之幸福感受，無法只單一強調樂觀解釋風格的重要性，還必須同時關注學生在人際脈絡中與同學、家人與導師的互動與覺知，進而才能增進個體的幸福感受。

二、結論與建議

本研究以國小學童為對象，進行樂觀解釋風格、人際關係與幸福感三者間的結構方程式模型建構與檢驗。整體而言，本研究之假設獲得支持，研究結果指出，學童的樂觀解釋風格與人際關係對幸福感皆具有直接且顯著的影響；亦即，擁有樂觀解釋風格的學生，和具有較良好人際關係的學童，都會具有較高的幸福感。其次，本研究亦發現，國小學童的「人際關係」在「樂觀解釋風格」與「幸福感」之間扮演著中介變項的角色。綜合而言，國小學童的樂觀解釋風格透過學童與家人、同學、導師之間的人際關係互動，進一步影響他的幸福感。

過去相關研究主要檢視樂觀解釋風格與幸福感（曾文志，2007；Chang & Farrehi,

2001; Chang, Sanna, & Yang, 2003; Oberle et al., 2011), 或是人際關係與幸福感的關係(黃春太等人, 2008; Kim & Kim, 2013), 即便有探討樂觀解釋風格與幸福感間的中介因素(曾文志, 2007), 也缺乏以人際關係為中介或以國小學童為對象的研究, 而國外目前的相關研究亦較少, 僅有以正負向情緒作為中介變項的相關探討。故, 本研究提供人際網絡中介角色的初步架構, 供學者進一步參考。根據本研究之結論, 擬提出以下的建議:

(一) 對國小實務現場的建議

1. 鼓勵學生正向看待事物, 以促進人際互動

本研究結果指出, 個人的樂觀解釋風格與人際關係對幸福感均具有顯著且直接的影響。由此可知, 若欲關注學生的心理健康, 提昇個體的幸福感受, 則必須先從學生本身的解釋風格及人際網絡著手。特別值得諮商與輔導人員參考的要點在於, 雖然解釋風格乃是個人對生活事件的固定解釋型態, 然而, 其並非無法改變的(洪蘭譯, 1997/1990), 因此諮商與輔導人員仍能夠鼓勵兒童以更樂觀的方式面對生活中的事情。同時, 個人所擁有的人際關係資源, 亦在樂觀解釋風格與人際關係之間, 扮演了重要的中介影響份量; 兒童透過與周遭個體互動而形成的人際關係, 會進而影響其幸福感受。故, 建議學校諮商輔導人員宜設法訓練學生培養樂觀的解釋風格, 盡量以正面樂觀的解釋風格看待事物, 引導個體在面對負向事件時, 能夠以特殊性、時效性的方式歸因。此外, 老師及家長亦可透過多鼓勵並給予正向支持的方式, 提昇其樂觀感受, 藉由樂觀的提升, 讓學生生活圈中的同學、家人、老師可以感受到學生以正向的解釋方式看待事物, 進而影響人際的良好互動, 最終得以提高個人的幸福感受。

2. 協助建立良好人際支持, 提供學童尋求協助管道

本研究結果顯示, 對國小學童而言, 人際關係扮演了解釋風格與幸福感之間的中介角色, 顯示了社會資本的重要性(李思賢等人, 2006), 特別是在對心理健康的影響上。由於國小學童的主要生活領域包含家庭與學校, 因此從人際關係的向度切入, 學童與同學、家人與導師的相處情況, 皆扮演了相當重要的角色。所以, 在實務上, 教學現場應該特別關注人與人之間的互動情形, 建立良好的人際支持, 提供學生具體尋求教師協助的管道。再者, 宜進一步協助家長經營家庭氣氛與建立關係, 特別是對學童的陪伴, 可透過推動班級的親子活動, 建立教師與學生、學生與學生、家長與學生, 甚至教師與家長間的支持關係。

(二) 對未來研究的建議

1. 進行縱貫性研究的探討

本研究以國民小學學童為對象，以橫斷研究方法探究學生的樂觀解釋風格、人際關係及幸福感之關係，尚無法了解學生縱貫性的成長模式以及詳細的因果關係。因此，建議未來可加入時間的考量，進行不同時間點的追蹤與比較。

2. 探討不同族群間的差異

另外，若能將解釋風格分成「樂觀者」與「悲觀者」等不同群組，或者，依據原始資料庫中受試者的背景變項分成「新移民子女」與「非新移民子女」等不同群組，再進行多群組分析（multiple groups analysis）探討，或許會有更有趣的發現，進而比對不同群組間人際關係所發揮中介效果的差異。

3. 輔以訪談蒐集，增加資料佐證

最後，本研究採量化研究的方式，無法深入了解個人對不同事件的解釋及個人人際關係的詳盡描述，所獲得的資料也皆以自陳方式呈現，因此，建議未來亦可嘗試輔以訪談法收集資料，以印證自陳資料之確實性。

參考文獻

- 王瑞敏、鄒泓（2008）：流動兒童的人格特點對主觀幸福感的影響。《心理學探新》，28（3），82-87。
[Wang, R. M., & Zou, H. (2008). The influencing effect of personality to immigrant children's subjective well-being. *Psychological Exploration*, 28(3), 82-87.]
- 王蕾雁、陳美芳、曾文志（2013）：中學生解釋型態量表之編制。《測驗學刊》，60（1），43-65。
[Wang, L. Y., Chen, M. F., & Tseng, W. C. (2013). The development of secondary school students' explanatory style questionnaire. *Journal of Applied Measurement*, 61(1), 43-65.]
- 余民寧（2006）：潛在變項模式：SIMPLIS 的應用。臺北市：高等教育。[Yu, M. N. (2006). *Latent Variable Models: The Application of SIMPLIS*. Taipei, Taiwan: Higher Education.]
- 余民寧、陳柏霖、鍾珮純、趙珮晴、許嘉家（2010）：新移民族群學生科學與數學學習的教育長期追蹤資料庫之建置 -- 國民小學階段新移民族群學生科學與數學學習的長期追蹤調查（1/3）。國科會委託之整合型專題研究案（編號：NSC 99-2511-S-004-003-MY3）。[Yu, M. N., Chen, B. L., Chung, P. C., Chao, P. C., & Syu, J. J. *The longitudinal study of new immigrant children's*

- science and mathematics learning in elementary school stage(1/3)*. NSC Research Programme. (NSC 99-2511-S-004-003-MY3).]
- 余民寧、陳柏霖、鍾珮純、趙珮晴、許嘉家 (2011)：新移民族群學生科學與數學學習的教育長期追蹤資料庫之建置 -- 國民小學階段新移民族群學生科學與數學學習的長期追蹤調查 (2/3)。國科會委託之整合型專題研究案 (編號：NSC 99-2511-S-004-003-MY3)。[Yu, M. N., Chen, B. L., Chung, P. C., Chao, P. C., & Syu, J. J. *The longitudinal study of new immigrant children's science and mathematics learning in elementary school stage (2/3)*. NSC Research Programme. (NSC 99-2511-S-004-003-MY3).]
- 余民寧、趙珮晴、鍾珮純、葉怡伶、陳玉樺 (2012)：新移民族群學生科學與數學學習的教育長期追蹤資料庫之建置 -- 國民小學階段新移民族群學生科學與數學學習的長期追蹤調查 (3/3)。國科會委託之整合型專題研究案 (編號：NSC 99-2511-S-004-003-MY3)。[Yu, M. N., Chao, P. C., Chung, P. C., Yeh, Y. L., & Chen, Y. H. *The longitudinal study of new immigrant children's science and mathematics learning in elementary school stage (3/3)*. NSC Research Programme. (NSC 99-2511-S-004-003-MY3).]
- 李思賢、張弘潔、李蘭、吳文琪 (2006)：家庭及學校的社會資本與國小學童內化行文問題之關係。《中華心理衛生學刊》，19 (3)，231-254。[Lee, T. S. H., Chang, H. C., Yen, L. L., & Wu, W. C. (2006). Social capital of family and school – Its relationship with elementary school children's internalizing behavioral problems. *Chinese Journal of Mental Health*, 19(3), 231-254.]
- 李新民、陳密桃 (2009)：樂觀／悲觀傾向與心理幸福感之相關研究：以大學在職專班學生為例。《教育學刊》，32，1-43。[Lee, H. M., & Chen, M. T. (2009). A study on the relationship between adult students' dispositional optimism/pessimism and psychological well-being. *Educational Review*, 32, 1-43.]
- 邱皓政 (2010)：《量化研究與統計分析》(第三版)。臺北市：五南。[Chiou, H. J. (2002). *Quantitative research methods*. Taipei, Taiwan: Wunan.]
- 洪蘭譯 (1997)：《學習樂觀，樂觀學習》。臺北市：遠流。Seligman, M. E. P. (1990). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York, NY: Vintage.
- 洪蘭譯 (2009a)：《學習樂觀，樂觀學習：掌握正向思考的訣竅，提升EQ的ABCDE法則》(第二版)。臺北市：遠流。Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York, NY: Vintage.
- 洪蘭譯 (2009b)：《真實的快樂》(第二版)。臺北市：遠流。Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New

York, NY: Free Press.

- 高民凱、林清文 (2008)：中學生的解釋風格、生活壓力和憂鬱之關係：從憂鬱的認知特異質－壓力模式探討。輔導與諮商學報，30 (1)，41-59。[Kao, M. K., & Lin, C. W. (2008). Exploring the relations between explanatory style, life stress, and depression in high school students: From cognitive diathesis-stress model perspective. *The Journal of Guidance & Counseling*, 30(1), 41-59.]
- 袁莉敏、張日昇、趙會春、柳恒超 (2006)：大學生樂觀與心理幸福感的關係。中國臨床心理學雜誌，14 (6)，644-645。[Yuan, L. M., Zhang, R. S., Zhao, & H. C. Liu, H. C. (2006). A research on the relationship between optimism and psychological well-being. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 14(6), 644-645.]
- 張芳全、夏麗鳳 (2011)：新移民子女的人際關係與幸福感之研究。彰化師大教育學報，20，73-101。[Chang, F. C., & Hsia, L. F. (2011). A study on interpersonal relationships and well-being for immigrant children. *Journal of Education*, 20, 73-101.]
- 張春興 (2007)：教育心理學－三化取向的理論與實踐 (重修二版)。台北：東華。[Chang, C. H. (2007). *Educational Psychology: Three approach*. Taipei, Taiwan: Donghua.]
- 陳淑貞、翁毓秀 (2006)：非行少年依附、解釋風格與自我概念之相關研究。諮商與輔導學報，28 (1)，29-50。[Chen, S. C., & Weng, B. Y. (2006). The relationships between attachment, explanatory style and self-concept of delinquent adolescents. *The Archive of Guidance & Counseling*, 28(1), 29-50.]
- 曾文志 (2007)：大學生的樂觀、社會支持與幸福感的關聯：結構方程模式取向之研究。教育與心理研究，30 (4)，117-146。[Tseng, W. C. (2007). Social support as a mediator of optimism and well-being in college students: A structural equation modeling approach. *Journal of Education & Psychology*, 30(4), 117-146.]
- 曾雪芳、張景媛、陳淑茗、何其安 (2009)：樂觀創意教學對國小學童樂觀解釋型態影響之研究。慈濟大學教育研究學刊，5，105-139。[Tseng, H. F., Chang, C. Y., Chen, S. H., & Ho, A. C. (2009). Effectiveness of the creative optimism learning program on elementary school children. *Tzu-Chi University Journal of the Educational Research*, 5, 105-139.]
- 黃春太、姜逸群、黃雅雯、胡益進 (2008)：臺南縣國中生社會資本與幸福感之相關研究。健康促進與衛生學報，29，27-50。[Huang, C. T., Chiang, I. C., Huang, Y. W., & Hu, Y. J. (2008). *Journal of Health Promotion and Health Education*, 29, 27-50.]
- 楊國樞 (2004)：華人自我的理論分析與實徵研究：社會取向與個人取向的觀點。本土心理學研究，22，11-80。[Yang, K. S. (2004). A theoretical and empirical analysis of the perspective of social

- and individual orientation. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 22, 11-80.]
- 魏勇剛、龍長權、宋武譯 (2010)：量表編製理論與應用。臺北市：五南。Devellis, R. F. (2003). *Scale development: Theory and applications*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 47-74. doi: 10.1037/0021-843X.1.49
- Baker, B. L., Blacher, J., & Olsson, M. B. (2005). Preschool children with and without developmental delay: Behaviour problems, parents' optimism and well-being. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(8), 575-590. doi: 10.1111/j.1365-2788.2005.00691.x
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182. doi: 10.1037/0022-3514.51.6.1173
- Carver, C. S., Scheier, M. F., Miller, C. J., & Fulford, D. (2011). Optimism. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp. 303-311)(2nd ed.). New York: Oxford.
- Carver, C. S., Smith, R. G., Derhagopian, R. P., Antoni, M. H., Petronis, V. M., & Weiss, S. (2005). Optimistic personality and psychosocial well-being during treatment predict psychosocial well-being among long-term survivors of breast cancer. *Health Psychology*, 24(5), 508-516. doi: 10.1037/0278-6133.24.5.508
- Chang, E. C., & Farrehi, A. S. (2001). Optimism/pessimism and information-processing styles: Can their influences be distinguished in predicting psychological adjustment? *Personality and Individual Differences*, 31, 555-562. doi: 10.1016/S0191-8869(00)00159-8
- Chang, E. C., Sanna, L. J., & Yang, K. M. (2003). Optimism, pessimism, affectivity, and psychological adjustment in U.S. and Korea: A test of a mediation model. *Personality and Individual Differences*, 34, 1195-1208. doi: 10.1016/S0191-8869(02)00109-5
- Ciarrochi, J. & Heaven, P. C. L.(2008). Learned social hopelessness: the role of explanatory style in predicting social support during adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(12), 1279-1286. doi: 10.1111/j.1469-7610.2008.01950.x
- Conversano, C., Rotondo, A., Lensi, E., Vista, O. D., Arpone, F., & Reda, M. A. (2010). Optimism and its impact on mental and physical well-being. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, 6, 25-29. doi: 10.2174/17450179010060100025
- Devito, J. A. (1994). *Human communication: The basic course*. New York, NY: HarperCollins College

Publishers.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *95*(3), 542-575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, 276-302. doi: 10.1037/0033-2909.125.2.276
- Ey, S., Hadley, W., Allen, D. N., Palmer, S., Klosky, J., Deptula, D., Thomas, J., & Cohen, R. (2004). A new measure of children's optimism and pessimism: The youth life orientation test. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *46*(5), 548-558. doi: 10.1111/j.1469-7610.2004.00372.x
- Forgeard, M. J. C. & Seligman, M. E. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, *18*, 107-120. doi: 10.1016/j.prps.2012.02.02
- Fotiadou, M., Barlow, J. H., Powell, L. A., & Langton, H., (2008). Optimism and psychological well-being among parents of children with cancer: An exploratory study. *Psycho-Oncology*, *17*(4), 401-409. doi: 10.1002/pon.1257
- Goswami, H. (2012). Social relationships and children's subjective well-being. *Social Indicators Research*, *107*(3), 575-588. doi: 10.1007/s11205-011-9864-z
- Greenberg, J. S., Seltzer, M. M., Krauss, M. W., Chou, R. J. A., & Hong, J. (2004). The effect of quality of the relationship between mothers and adult children with schizophrenia, autism, or down syndrome on maternal well-being: The mediating role of optimism. *American Journal of Orthopsychiatry*, *74*(1), 14-25. doi: 10.1037/0002-9432.74.1.14
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*, *48*, 658-663. doi: 10.1016/j.paid.2010.01.008
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, *6*(1), 1-55. doi: 10.1080/10705519909540118
- Kapikiran, N. A. (2012). Positive and negative affectivity as mediator and moderator of the relationship between optimism and life satisfaction in Turkish university students. *Social Indicators Research*, *106*, 333-345. doi: 10.1007/s11205-011-9807-8
- Kashdan, T. B., Pelham, W. E., Lang, A. R., Hoza, B. Jacob, R. G., Jennings, J. R. Blumenthal, J. D., & Gnagy, E. M. (2002). Hope and optimism as human strengths in parents of children with

- externalizing disorders: Stress is in the eye of the beholder. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21*(4), 441-468. doi: 10.1521/jscp.21.4.441.22597
- Kim, D. H., & Kim, J. H. (2013). Social relations and school life satisfaction in South Korea. *Social Indicators Research, 112*, 105-127. doi: 10.1007/s11205-012-0042-8
- Kirschman, K. J. B., Johnson, R. J., Bender, J. A., & Roberts, M. C. (2011). Positive psychology for children and adolescents: Development, prevention, and promotion In J. S. Lopez, & Snyder, R. C. (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp.133-148) (2nd ed.). New York, NY: Oxford.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). New York, NY: The Guilford Press.
- Kuder, G. F., & Richardson, M. W. (1937). The theory of estimation of test reliability. *Psychometrika, 2*, 151-160. doi: 10.1007/BF02288391
- Ma, C. Q., & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools, 45*(2), 177-190. doi: 10.1002/pits.20288
- Neff, L. A., & Geers, L. A. (2013). Optimistic expectations in early marriage: A resource or vulnerability for adaptive relationship functioning? *Journal of Personality and Social Psychology, 105*(1), 38-60. doi: 10.1037/a0032600
- Oberle, E., Schonert-Reichl, K. A., & Zumbo, B. D. (2011). Life satisfaction in early adolescence: Personal, neighborhood, school, family, and peer influences. *Journal of Youth Adolescence, 40*, 889-901. doi: 10.1007/s10964-010-9599-1
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review, 91*, 347-374. doi: 10.1037/0033-295X.91.3.347
- Peterson, C., & Steen, T. A. (2011). Optimistic explanatory style. In J. S. Lopez, & Snyder, R. C. (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp.313-321) (2nd ed.). New York, NY: Oxford.
- Ruthig, J. C., Haynes, T. L., Perry, R. P., & Chipperfield, J. G. (2007). Academic optimistic bias: Implications for college student performance and well-being. *Social Psychology of Education, 10*(1), 115-137. doi: 10.1007/s11218-006-9002-y
- Seligman, M. E. P., Reivich, K., Jaycox, L., & Gillham, J. (1995). *The optimistic child*. Boston, MA: Houghton-Mifflin.
- Sumi, K.(2006). Correlations between optimism and social relationships. *Psychological Reports, 99*(3),

938-940. doi: 10.2466/PR0.99.3.938-940

- Sweetman, M. E., Munz, D. C., & Wheeler, R. J.(1993). Optimism, hardiness, and explanatory style as predictors of general well-being among attorneys. *Social Indicators Research*, 29, 153-161. doi: 10.1007/BF01077893
- Wang, S. H., & Luh, W. M. (2009). The effect of interpersonal relationships on psychosomatic symptoms: Moderating role of gender. *US-China Education Review*, 6(6), 53-63. Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED505735.pdf>
- Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of educational psychology*, 71(1), 3. doi.org/10.1037/0022-0663.71.1.3

收件日期：104年10月03日

複審一日期：104年10月29日

複審二日期：104年12月14日

複審三日期：105年01月19日

通過日期：105年04月01日

Joy Share with Others Is More Joyful: Interpersonal Relationship as a Mediator between Optimistic Explanatory Style and Well-being

Pei-Hsin Li

Ling-Hui Chu

Min-Ning Yu*

National Chengchi University

Recently, the public has put an increasing emphasis on the psychological health and happiness of primary school students, which calls for a continued effort to explore and develop this area. Previous studies found that an individual's optimistic attitude may affect his or her view about the environment, and may influence his or her well-being as an individual. Individuals who are more optimistic tend to respond positively to stress and handle stressful situations more successfully. In addition, not only are children's optimistic explanatory styles affected by their personalities, the interaction between family and school is also another important contributor. However, there are few studies that focus on children's optimistic explanatory styles and its relationship with interpersonal relationships. Hence, the present study aims in understanding the mediating role of children's interpersonal relationship between optimistic explanatory style and well-being. In the current study, we regarded optimism as an attributional style that it is the way in which children explain the causes of events happen in their lives. Children who are optimistic tend to believe that negative events are external, unstable, and specific. Thus, we supposed that children's well-being relates to optimistic explanatory style in a positive way. In addition, children's relationships with their classmates, family, and teachers are included in the study. Previous studies found that children with better interpersonal relationships may have much better well-being. In this study, we hypothesized that children's interpersonal relationship influences their well-being, and the interpersonal relationship plays a mediating role between optimistic explanatory style and well-being. The present study was conducted using a sample randomly selected from five elementary schools in North Taiwan from 2010 to 2012. A total of 1322 sixth grade students were selected from the fifth wave of the three-year longitudinal data set. To test the hypotheses we conducted, data was analyzed through structural equation modeling (SEM) using LISREL 8.7. Self-report data were gathered through Optimistic Explan-

atory Style Scale, Interpersonal Relationship Scale, and Subjective Well-Being Scale. For Optimistic Explanatory Style Scale, children responded each item regarding how they viewed each event, either unstable or external event, with KR20 of 0.44 and 0.42 respectively. Interpersonal relationship scale is a 4-point Likert scale that includes children's relationship with their classmates, family, and teachers, with Cronbach's alpha of .88. Subjective Well-Being Scale is a 4-point Likert scale that measures children's overall positive emotion and life satisfaction, with Cronbach's alpha of .90. The confirmatory factor analysis (CFA) showed that the model had a good fit to the data. Results from the present study showed that there is a positive relationship between children's optimistic explanatory style and well-being. That is, children who are more likely to view events as external or unstable have higher well-being scores. Another contribution of the study is the mediating role of interpersonal relationship between children's optimistic explanatory style and well-being. In our study, we also found that children's interpersonal relationship is positively associated with their well-being. Moreover, interpersonal relationship fully mediated the relationship between optimistic explanatory style and well-being. In conclusion, the current study showed that elementary school students' optimistic explanatory style positively correlated with interpersonal relationship and well-being. Furthermore, interpersonal relationship fully mediated the relationship between optimistic explanatory style and well-being. Accordingly, interpersonal relationship plays an important role in facilitating the well-being of students. We suggest that teachers and parents should support students in a positive way, encourage children to cultivate optimistic attitude, and pay more attention to the peer relationship with other students. The other implications for future research and practice are also proposed.

Keywords: Interpersonal relationship, mediator variable, optimistic explanatory style, well-being.

* Corresponding author: Min-Ning Yu, email: mnyu@nccu.edu.tw