

• 元分析(Meta-Analysis) •

家庭亲密度与幸福感的关系：系统综述和元分析*

顾溢鹏 刘劲原 张亚利 李伟贺

(河北师范大学心理学系, 石家庄 050024)

摘要 诸多研究分析了家庭亲密度与幸福感的关系, 但研究结果却并不一致。本研究对 42 项研究(共 45 个独立样本)使用随机效应模型进行了元分析。结果显示, 家庭亲密度与幸福感存在高相关($r = 0.35$, 95% CI [0.30, 0.40]), 二者的相关强度受幸福感测量工具、个体主义指数以及取样年份的调节, 但不受性别、年龄、家庭亲密度测量工具、研究设计类型的调节。该结果支持了依恋理论和基本心理需要理论, 澄清了其环状模型间的争论, 表明幸福感会随着家庭亲密度水平的提高而直线增加。

关键词 家庭亲密度, 家庭氛围, 家庭环境, 幸福感, 元分析

分类号 B849: C91

1 引言

幸福感是衡量个体心理健康的重要指标, 也是人类的美好向往和永恒追求。幸福感与更强的工作投入(Harty et al., 2025)、更高的亲社会行为(Zhang et al., 2025)、更低的手机依赖(Bellini et al., 2025)和更少的职业倦怠(Avola et al., 2025)密切相关, 对于个体的发展有重要意义。然而, 研究发现幸福感随着时代变迁不升反降(Xin et al., 2023), 给未来的发展带来了更多的不确定性。因此, 探寻幸福感的影响因素并给出恰当的改善策略是当下研究的重要命题。已有研究围绕家庭因素(如家庭亲密度)、学校因素(如学校氛围)、社会因素(如社交媒体使用)和个体因素(如情绪调节能力)探讨了与幸福感的关系(Erus et al., 2024; Lee et al., 2025; Lesinskienė et al., 2025; Tu et al., 2025), 其中家庭因素中的家庭亲密度与幸福感的关系尤受关注。然而遗憾的是, 研究的结果却并不一致。在多数研究中, 两者呈现显著正相关(Dost-Gözkan, 2021; Erus et al., 2024; Rahal & Fosco, 2024), 但也有研究发现两者相关并不显著(Manzi

et al., 2006; Seryjová Juhová et al., 2023)。总之, 两者的相关程度在既有研究中从 0 到 0.73 均有报告(Erus et al., 2024; Galián & Ato, 2023; Manzi et al., 2006)。目前对于家庭亲密度与幸福感之间的相关程度如何, 尚无定论, 也无研究对该领域的成果进行整合。为避免以往单个研究中研究设计、测量工具等因素的影响而使结果产生偏差, 有必要运用元分析方法探讨家庭亲密度与幸福感的总体相关性及其影响因素, 为幸福感的促进提供证据支持。

1.1 家庭亲密度的概念与测量

家庭亲密度(亦称家庭凝聚力)是指家庭成员之间相互支持和关怀的质量以及情感联结程度(Huang, 2024; Olson et al., 1982), 是良好家庭环境或家庭功能的集中体现。本研究仅关注 24 岁(青年)以下人群, 因此, 家庭亲密度主要体现为原生家庭中子女感受到的家庭成员间的亲密互动程度。家庭亲密度主要的测量工具有: (a)家庭环境量表(Family Environment Scale, FES)中的家庭亲密度分量表, 单维度, 共 9 个题目(Moos & Moos, 1981); (b)家庭亲密度与适应性量表第二版(Family Adaptability and Cohesion Evaluation II, FACES-II)中的家庭亲密度分问卷, 共 16 题, 单维度(Olson et al., 1982); (c)家庭亲密度与适应性

收稿日期: 2025-04-14

* 河北省社会科学基金项目(HB24JY023)。

通信作者: 张亚利, E-mail: zhangyali531@hebtu.edu.cn

量表第四版(Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales IV, FACES-IV)中的家庭亲密度分问卷,共 10 个题目,包括 2 个维度(Olson, 2011)。目前,FACES-II 在研究中应用较多(表 1)。

1.2 幸福感的概念与测量

幸福感是人们对自己的生活质量做出情感和认知的整体性评估(Diener et al., 2003; Huang, 2024),通常由生活满意度、积极情感和消极情感来综合评价。常见的测量工具有:(a)主观幸福感问卷(Subjective Well-Being Scale, SWB),包括 2 个维度,其中生活满意度(Satisfaction with Life Scale, SWLS),共 5 个题目(Diener et al., 1985)。正向和负向情感(Positive Affect and Negative Affect Scale, PANAS),共 12 个题目(Diener & Emmons, 1984);(b)心理幸福感问卷(Psychological Well-Being Scale, PWB),共 84 题,包括 6 个维度(Ryff & Keyes, 1995);(c)总体幸福感量表(General Well-Being Schedule, GWB),共 33 题,包含 6 个维度(Fazio, 1977);(d)青少年主观幸福感量表(Adolescent Subjective Well-Being Scale, ASWBS),共 36 题,包含 6 维度(张兴贵 等, 2004)。目前 SWB 在研究中最常用(表 2)。

1.3 家庭亲密度与幸福感的关系

关于家庭亲密度和幸福感的关系主要有两种观点:一种观点认为家庭亲密度与幸福感存在显著的正相关。依据依恋理论(Attachment Theory),个体与重要他人(如父母、伴侣)之间通过亲密互动

形成的安全、可靠的情感联结,可以有效帮助个体缓解情绪压力(Bowlby, 1969)。家庭成员间的亲密氛围有助于维持高质量的社会支持,帮助个体调节心理状况,缓解身心压力,增强满意度和自我接纳水平,进而提高幸福感(Qi et al., 2023)。此外,基本心理需要理论(Basic psychological need theory)强调,当个体的三种基本心理需求(关联感、自主性、胜任感)得到满足时,个体将朝向积极健康的方向发展(Deci & Ryan, 2000)。在较高亲密度的家庭环境中,个体能够感受到更多的理解和支持。这种情感联结不仅能满足其归属感需求,还能帮助其在应对外部压力时有效地调节情绪(Lee et al., 2025)。另外,家庭成员的鼓励还能够增强个体的自信心,使其在决策和行为中感受到更多的控制感,满足自主性需要(Qi et al., 2023)。不仅如此,家庭成员间的合作、互助能帮助个体更好地应对生活中的挑战,增强个体的胜任感,提升幸福感(Chen et al., 2025)。横断和纵向研究均发现家庭亲密度确实能够正向预测幸福感水平(Erus et al., 2024; La Rosa et al., 2024)。

另一种观点认为家庭亲密度与幸福感之间不存在线性相关,而是呈倒 U 型关系。根据环状模型,家庭亲密度与个体的心理社会适应的效果呈现曲线关系,家庭亲密度可分为疏离、分离、联系和纠缠四个水平,过高或过低的家庭亲密度水平都不利于个体的社会适应(Olson, 2011; Olson et al., 1979; Planalp et al., 2022; Woods et al., 2023)。

表 1 主要的家庭亲密度测量工具

问卷名称	第一作者	年份	题目数	维度	计分方式
FES	Moos	1981	9	单维度	2 点计分(1~2)
FACES-II	Olson	1982	16	单维度	5 点计分(1~5)
FACES-IV	Olson	2011	10	平衡的亲密度、失衡的亲密度	5 点计分(1~5)

表 2 主要的幸福感测量工具

问卷名称	第一作者	年份	题目数	维度	计分方式
SWB	Diener	1984	5	生活满意度	7 点计分(1~7)
		1985	12	积极和消极情感	5 点计分(1~5)
PWB	Ryff	1995	84	自我接纳、积极关系、生活目标感、环境控制感、独立自主、个人成长	6 点计分(1~6)
GWB	Fazio	1977	33	对健康的担心、精力、对生活的满足和兴趣、忧郁或愉快的心境、对情感和行为的控制、松弛与紧张	6 点计分(1~6)
ASWBS	张兴贵	2004	36	友谊、家庭、学校、环境、学业、自由满意度	5 点计分(1~5)

据此推测, 过高或过低的家庭亲密度对幸福感亦是一种削弱。过高的家庭亲密度会导致家庭成员在面临困难时产生依赖性, 依据思维定势寻求家庭成员的帮助。对难以解决的问题, 会产生退缩和逃避行为, 增加挫折感, 降低幸福感(Planalp et al., 2022; Xiang et al., 2022)。过低的家庭亲密度会导致家庭成员之间缺乏有效沟通和情感支持, 个体在面临困难时难以获得必要的帮助和资源。这种情感疏离和缺乏支持的环境会使个体感到孤独和无助, 进而增加心理压力, 降低幸福感(Planalp et al., 2022; Woods et al., 2023)。只有适度的家庭亲密度, 才能满足个体基本心理需求, 增强其情绪调节能力与自我认同感, 提升幸福体验(Qi et al., 2023; 叶静, 张戊凡, 2021)。虽然这一观点尚未在家庭亲密度和幸福感的关联中得到直接验证, 但一些研究发现, 家庭亲密度和幸福感之间的线性相关并不显著(Manzi et al., 2006; Seryjová Juhová et al., 2023)。综上, 第一种观点不仅有依恋理论和基本心理需要理论的支持, 并且多数研究结果皆如此。故本研究提出假设 1: 家庭亲密度与幸福感存在正相关。

1.4 家庭亲密度与幸福感关系的调节变量

以往关于家庭亲密度与幸福感的关系存在着不同观点和结果, 可能与原始研究中被试的性别和年龄、不同的测量工具以及文化和时代特征等有着密切关系。因而本研究将分析被试特征(性别、年龄)、测量特征(测量工具、研究设计)以及时代和文化特征(取样年份和个体主义指数)对家庭亲密度与幸福感可能存在的调节效应。

性别: 社会角色理论认为不同性别在社会化过程中会承担不同的角色期望(Diekman & Eagly, 2000)。首先, 同女孩相比, 男孩往往被期望表现出更多的坚韧性和独立性。这种社会化的结果使得男孩与家庭成员间的关系相对松散, 因而家庭亲密度与幸福感的关联较弱(Diekman & Eagly, 2000)。另外, 同男孩相比, 女孩的前额叶皮层体积更小、杏仁核激活水平更高(Balada et al., 2024)。这使女孩对情绪刺激的反应更强, 对家庭关系变化更为敏感, 因而家庭亲密度对女孩幸福感的影响更大。最后, 基于自我建构理论, 女孩的自我构念更强调“关系性”(如作为女儿的角色), 自我边界与家庭高度交织; 男孩的自我构念更强调“自主性”和“成就导向”(如个人能力)(Markus

& Kitayama, 1991; Zentner et al., 2023)。因此, 家庭成员间的亲密程度对不同性别个体幸福感体验的生成存在差别。综上, 本研究提出假设 2: 家庭亲密度与幸福感的关系受性别调节, 在女性中关联强度高于男性。

年龄: 随着儿童和青少年年龄的增长, 其在家庭中生活的时间逐渐减少, 与家长相处的机会也被教育活动所取代, 因此家庭对个体幸福感的影响逐渐削弱, 与个体成长相关的学业成就和同伴关系等成为幸福体验的重要来源, 因而家庭亲密度与幸福感的关联强度可能会随着年龄增加而减弱(Erus et al., 2024; Yu et al., 2025)。此外, 随着年龄的增长, 个体的独立性开始增强, 对家庭的心理依赖性逐渐减少, 这也可能会削弱家庭亲密度与幸福感的关系(Chiang et al., 2024; Feng & Tan, 2023)。综上, 本研究提出假设 3: 家庭亲密度与幸福感的关系受年龄调节, 关联强度随着年龄的增长逐渐减弱。

个体文化主义文化指数: 文化适应理论指出个体的心理、行为模式受所处文化环境的调节(Oishi & Graham, 2010)。首先, 个体主义文化强调个体的独立性, 追求个体的自我表达和自我选择。该文化下个体的幸福感更多依赖于自我实现和个人成就, 因而家庭亲密度与幸福感的关联较弱(Nezlek & Humphrey, 2023)。相反, 集体主义文化强调人与人之间的互依性、社会嵌入性以及群体(如家族)的义务与忠诚。该文化下的个体更倾向于将家庭视为情感支持的核心来源(Lu et al., 2024), 因此家庭成员间的相互支持能够显著提升个体的归属感和情感满足感, 从而增强与幸福感的联结(Zhou et al., 2023)。此外, 在个体主义文化中, 家庭成员间往往保持着清晰的边界和心理距离。集体主义文化中, 家庭成员间呈现出显著的角色互嵌, 情感交流更为深入(Yaqoob et al., 2023)。因而相较于个人主义文化, 集体主义文化中家庭亲密度与幸福感的关联更强。综上, 本研究提出假设 4: 家庭亲密度与幸福感的关系受个体主义文化指数调节, 且随着个体文化主义文化指数的增长, 关联强度逐渐减弱。

取样年份: 社会生态系统模型认为历史变迁与社会转型是影响个体心理健康的重要因素(俞国良 等, 2018)。随着城市化和现代化进程的推进, 人与人之间的沟通模式发生了翻天覆地的变化。

过去低墙院落下邻里间的互相寒暄逐渐被高楼大厦下的闭门不入所取代,剩下的仅有家庭成员间的稳定沟通和互相支持(Deng et al., 2025)。因此在现代社会中,家庭亲密与否对个体的幸福体验至关重要。不仅如此,物质主义的兴起导致社会关系愈加功利化,人际交往中情感联结的弱化进一步凸显了家庭的重要性(俞国良, 2024)。此外,随着社会竞争加剧,个体在学校及社会生活中面临的挑战与不确定性增加,进而对来自家庭的情感抚慰与精神支撑需求更为强烈,因而幸福体验与家庭成员间的亲密程度关系更为密切(Jessen-Winge et al., 2025; Khosravi & Namani, 2022)。因此,本研究提出假设 5: 取样年份可以调节家庭亲密度与幸福感的关联,且关联强度随取样年份增大而增加。

测量工具: 各个测量工具的结构和题目数量均有差异。就家庭亲密度而言, FACES-II 和 FACES-IV 以环状模型为依据,测量题目数量较多,聚焦家庭成员间的集体共事状况和情感卷入程度(Olson, 2011; Olson et al., 1982),而 FES 测量题目较少,主要聚焦于家庭成员对家庭集体事务的投入意愿(Moos & Moos, 1981)。因此, FACES-II 和 FACES-IV 可能更能凸显家庭成员的人际互动性,而人际互动的质量又与个人的幸福体验密切相关(Rahal & Fosco, 2024),因而, FACES-II 和 FACES-IV 与幸福感的关系可能更强。就幸福感而言, SWB 为双维度,共 17 题,涵盖生活满意度、积极和消极情感,侧重评估个体对生活的情感和认知体验(Diener & Emmons, 1984; Diener et al., 1985)。PWB 等工具维度和题目数量均多于 SWB,除了测量满意度和情绪外,还包括自我接纳、个人成长等,更关注个体在不同领域中的整体幸福体验(Fazio, 1977; Ryff & Keyes, 1995; 张兴贵等, 2004)。这些都可能影响效应值的大小。综上,本研究提出假设 6: 家庭亲密度与幸福感的关系受家庭亲密度测量工具的调节,且使用 FES 测量的相关强度弱于其它工具。本研究提出假设 7: 家庭亲密度与幸福感的关系受幸福感测量工具的调节,且使用 SWB 测量的相关强度弱于其它工具。

研究设计: 横断研究反映的是家庭亲密度与幸福感的即时效应,纵向研究反映的是两者间的滞后效应。家庭成员间的亲密互动给个体带来的积极影响往往会随着时间的推移而逐渐减少

(Bian et al., 2024)。此外,家庭成员间的亲密互动带来的即时体验感可能比日后要强烈,所以纵向研究通常比横断研究中的效应值要低。因此,本研究提出假设 8: 研究设计能够调节家庭亲密度与幸福感之间的关联,同横断研究相比,纵向设计中家庭亲密度与幸福感的关系更弱。

2 方法

2.1 文献检索与筛选

本研究在 PROSPERO 进行了预注册(CRD42024616433),并遵循 PRISMA2020 声明进行了文献检索与筛选(Page et al., 2021)。首先,在中文数据库中(中国知网期刊数据库和硕博论文数据库),将关键词“家庭亲密度”或“家庭凝聚力”或“家庭功能”或“家庭环境”和“幸福”分别组合,检索摘要中包含此类关键词的文献。其次,在英文数据库中(Web of Science 核心集、ProQuest Dissertations and Theses、Medline、EBSCO-ERIC、Elsevier SD、PsycINFO、PsycArticles)将关键词“family cohesion”、“family environment”、“family function”、“family intimacy”与“happiness”、“well being”分别组合,检索摘要中包含此类关键词的文献。文献检索截止日期为 2024 年 12 月 21 日,共纳入 2548 篇文献。

使用 EndNote 21 导入文献并按照如下标准进行文献筛查:(a)须为量化研究,排除质性研究;(b)须为一般人群,排除特殊被试(如留守儿童等);(c)重复数据仅纳入报告较为全面的一篇;(d)报告了家庭亲密度和幸福感的相關系数(r),或能转换为 r 值的 F 值、 t 值、 β 值等;(e)对于测量工具必须要有明确的介绍;(f)被试平均年龄在 24 岁以内(青年及以下)。对于使用各种渠道仍然无法下载全文的文献或者主题切合无法提取数据的文献,如果有通讯作者,则与通讯作者取得联系获得全文,否则予以排除。文献筛选流程见图 1。

2.2 文献编码与质量评价

每项研究根据以下特征进行编码:作者信息、出版年份、取样地域、相关系数、有效被试数、男性比例、年龄、研究设计、家庭亲密度和幸福感的测量工具以及文献质量(见表 1 和表 2)。对于相关系数的录入,若研究未告相关系数,但报告了

F 、 t 、 χ^2 和 β 值,通过相应公式 [$r = \sqrt{\frac{t^2}{t^2 + df}}$;

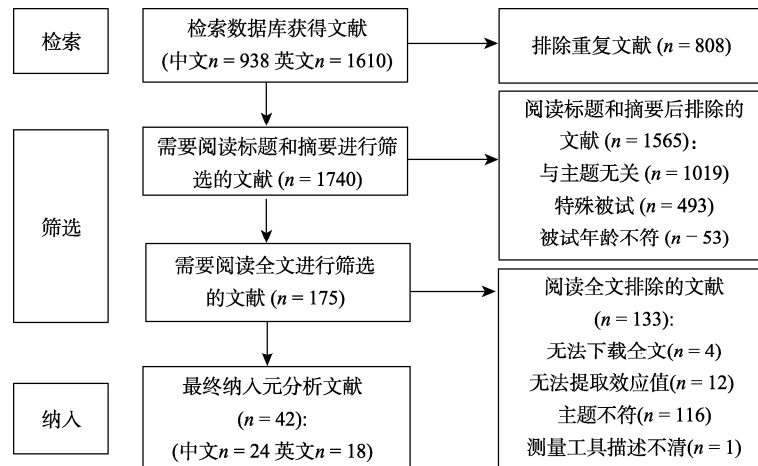


图 1 文献筛选流程图

$r = \sqrt{\frac{F}{F + df_e}}$; $r = \sqrt{\frac{\chi^2}{\chi^2 + N}}$; $r = \beta + 0.05$ ($\beta \geq 0$);
 $r = \beta$ ($\beta < 0$) ($\beta \in (-0.5, 0.5)$), 先将其转化为 r 值再进行编码(Card, 2012)。此外, 若原始文献仅报告了家庭亲密度与幸福感各个子维度间的皮尔逊相关矩阵, 则按照公式 $r_{xy} =$

$$\frac{\sum r_{x_i y_j}}{\sqrt{n + n(n-1)\bar{r}_{x_i x_j} \sqrt{m + m(m-1)\bar{r}_{y_i y_j}}} \quad (\text{Hunter \& Schmidt, 1990})$$

合成相关系数进行编码。如果是纵向研究则参照已有做法(张亚利 等, 2022), 仅编码家庭亲密度初次实测与幸福感末次施测数据间的相关。编码由两位评分者独立完成, 编码一致

性为 98%。编码不一致时, 经过查看原始文献并讨论进行更正。文献纳入的详细信息可开放获取 (https://osf.io/96xjg/?view_only=8e09ab34ceb14829ae47430a88b827e4)。

采用 The Joanna Briggs Institute Critical Appraisal Checklist for Analytical Cross-sectional Studies 对原始研究进行质量评价(Stern et al., 2020)。它包含 8 个条目, 每个条目的回答选项为“是”、“否”、“不清楚”或“不适用”。其中回答“Yes”得 1 分, 其余回答均不得分。每项原始研究的总分范围为 0~8 分。根据总分对研究质量进行分级: 得分<50%为低质量, 50~80%为中等质量, >80%为高质量(Bian et al., 2024) (表 3)。

表 3 纳入分析的原始研究的基本资料

研究	取样年份	取样地域	个体主义指数	r 值	被试数	男性比	年龄	研究设计	质量评价	测量工具	
										家庭亲密度	幸福感
Erus et al., 2024	2023	土耳其	46	0.41	308	0.14	大学生	纵向	高	其他	其他
李姗姗, 2024	2022	中国	43	0.42	960	0.49	中学生	横断	高	FACES-II	PWB
秦懿昭 等, 2024	2022	中国	43	0.54	250	0.53	大学生	横断	中	FACES-II	其他
王莹滢 等, 2023	2021	中国	43	0.55	3965	0.48	中学生	横断	高	FACES-II	其他
杨芝琦, 2023	2021	中国	43	0.73	623	0.51	中学生	横断	高	FACES-II	ASWBS
Galián & Ato, 2023	2021	西班牙	67	0.23	347	0.22	大学生	横断	高	FACES-IV	PWB
Raposo & Francisco, 2022	2021	葡萄牙	59	0.34	723	0.40	中学生	横断	高	其他	其他
Qi et al., 2023	2021	中国	43	0.25	612	0.37	大学生	横断	高	FACES-IV	其他
Qi et al., 2022	2020	中国	43	0.61	332	0.45	大学生	横断	高	FACES-IV	PWB
Chan, 2022	2020	中国	43	0.20	109	0.59	小学生	横断	高	其他	其他
Finkelstein & Grebelsky-Lichtman, 2022	2020	以色列	56	0.38	230	0.36	中学生	横断	高	其他	其他

续表

研究	取样年份	取样地域	个体主义指数	r 值	被试数	男性比	年龄	研究设计	质量评价	测量工具	
										家庭亲密度	幸福感
Xiang et al., 2022	2020	中国	43	0.38	2784	0.43	中学生	横断	高	FES	SWB
Dost-Gözkan, 2021	2019	土耳其	46	0.56	1097	0.38	中学生	横断	高	FES	其他
Shah et al., 2021	2019	美国	60	0.36	481	0.51	中学生	横断	高	FES	其他
Seryjová Juhová et al., 2023	2019	捷克	70	0.12	2836	0.43	中学生	横断	高	其他	其他
	2010	捷克	70	0.10	893	0.47	中学生	横断	高	其他	其他
	1995	捷克	70	0.09	833	0.53	中学生	横断	高	其他	其他
杨远远, 2020	2018	中国	43	0.31	1048	0.51	中学生	横断	高	FACES-II	其他
刘海燕, 2020	2018	中国	43	0.40	874	0.51	大学生	横断	中	FACES-II	其他
罗希, 2020	2018	中国	43	0.28	1518	0.62	中学生	横断	高	FES	GWB
史梦薇 等, 2020	2018	中国	43	0.46	630	0.21	大学生	横断	中	FACES-II	其他
Fosco et al., 2020	2018	美国	60	0.29	151	0.38	中学生	横断	高	FES	其他
Fosco et al., 2012	1998	美国	60	0.27	792	0.51	中学生	纵向	高	其他	其他
魏秀蓉, 2019	2017	中国	43	0.47	978	0.50	中学生	横断	高	FACES-II	其他
殷蕾, 2019	2017	中国	43	0.48	335	0.46	中学生	横断	中	FACES-II	PWB
祝翠平, 2019	2017	中国	43	0.48	103	0.46	中学生	横断	中	FACES-II	ASWBS
肖长根, 肖景, 2018	2016	中国	43	0.27	320	0.48	大学生	横断	高	FACES-II	GWB
柴志叶, 2017	2015	中国	43	0.45	576	0.59	中学生	横断	高	FACES-II	PWB
Brajsa-Zganec et al., 2017	2015	克罗地亚	42	0.31	411	0.20	大学生	横断	高	其他	其他
Rahal & Fosco, 2024	2015	美国	60	0.53	150	0.39	中学生	横断	高	FES	PWB
孙蕊, 2016	2014	中国	43	0.32	437	0.37	大学生	横断	高	FACES-II	SWB
王丽霞, 2016	2014	中国	43	0.16	456	0.33	大学生	横断	高	FACES-II	SWB
刘洋, 许红芝, 2015	2013	中国	43	0.27	574	0.42	大学生	横断	中	FACES-II	ASWBS
Turner, 2015	2013	南非	23	0.13	187	0.47	中学生	横断	中	其他	其他
李文华 等, 2014	2012	中国	43	0.50	100	0.50	大学生	横断	中	FACES-II	GWB
Boer & Abubakar, 2014	2012	肯尼亚等	无	0.15	760	0.38	大学生	横断	高	其他	其他
Hamama & Arazi, 2012	2010	以色列	56	0.26	111	0.51	小学生	横断	高	其他	其他
Krieger, 2011	2009	美国	60	0.52	234	0	大学生	横断	中	FACES-IV	其他
崔向军 等, 2010	2008	中国	43	0.35	950	0.49	中学生	横断	中	FES	PWB
Crespo et al., 2011	2006	新西兰	69	0.35	713	0.51	中学生	纵向	高	FACES-II	PWB
杨绍清, 2006	2004	中国	43	0.35	223	0.48	中学生	横断	中	FES	其他
Manzi et al., 2006	2002	意大利	53	0.05	119	0.48	中学生	横断	高	其他	其他
	2002	英国	76	0.02	104	0.34	中学生	横断	高	其他	其他
余小芳, 雷良忻, 2004	2002	中国	43	0.19	267	0.49	大学生	横断	中	FACES-II	GWB
Rutledge et al., 1994	1992	美国	60	0.30	196	0.52	大学生	横断	高	FES	GWB

注：个体主义指数见 <https://www.hofstede-insights.com/Country-comparison-tool>；当文献未报告取样年份时，使用发表年份减2表示取样年份；测量工具中“其他”表示使用数量少于3次的工具。

2.3 发表偏差控制与检验

本研究纳入了未发表的硕博论文,一定程度上控制了发表偏差。此外,本研究还将利用 p-curve、漏斗图和 Egger's 回归法检验结果是否受发表偏差影响。对于 p-curve 而言,如果得到的曲线呈现右偏态,则说明可能不存在发表偏差(Simonsohn et al., 2014)。对于漏斗图而言,如果图形呈现一个倒着的漏斗形状,则表明可能不存在发表偏差(Light & Pillemer, 1984); 对于 Egger's 回归法而言,如果线性回归的结果不显著,则视为不存在发表偏差(Egger et al., 1997)。

2.4 数据处理

本研究采用相关系数 r 作为效应值。使用软件 Comprehensive Meta-Analysis Version 3.3 进行主效应检验和调节效应检验。本研究认为取样年份、家庭亲密度与幸福感测量工具等因素可能会影响家庭亲密度和幸福感的关系,故采用随机效应模型分析数据。本研究中分类调节变量包括年龄(大学生、中学生)、家庭亲密度测量工具(FACES-II、FACES-IV、FES)、幸福感测量工具(ASWBS、GWB、PWB、SWB)和研究设计(横断、纵向),对此采用亚组分析探讨调节效应。连续调节变量包括性别(男性比例)、取样年份和个体主义指数,对此采用元回归分析探讨调节效应。此外,为确保调节变量不同亚组下的效应值具有代表性,亚组分析时参照既有研究(Bian et al., 2024),每个亚组中效应值个数不低于 3 个。

3 结果

3.1 文献纳入与质量评价

本研究共纳入 42 篇文献(含 45 个效应值, 31427 名被试),其中包括硕博论文 14 篇,期刊论文 28 篇;涉及 15 个国家;24 篇为中文,17 篇为英文,1 篇为西班牙文;发表时间跨度从 1994~2024 年;横断效应值 42 个,纵向效应值 3 个;高等质量效应值 33 个,中等质量效应值 12 个。

3.2 发表偏差检验

漏斗图显示(图 2),效应值集中在图形上方且均匀分布于总效应的两侧;Egger 线性回归的结果不显著(截距为-1.09, 95% CI [-4.63, 2.44], $p = 0.54$)。p-curve 曲线检验(图 3)显示,曲线呈显著右偏态(Binomial test: $p < 0.001$, Continuous test: $z = -37.99$, $p < 0.001$),并且 44 个 p 值中有 43 个 p 值

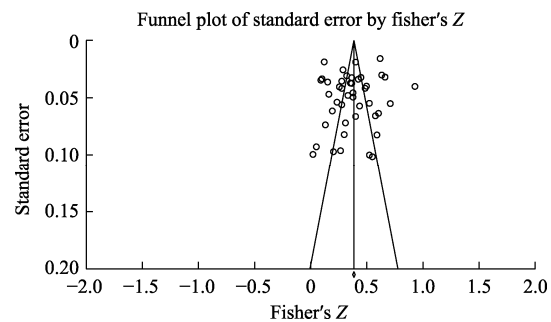
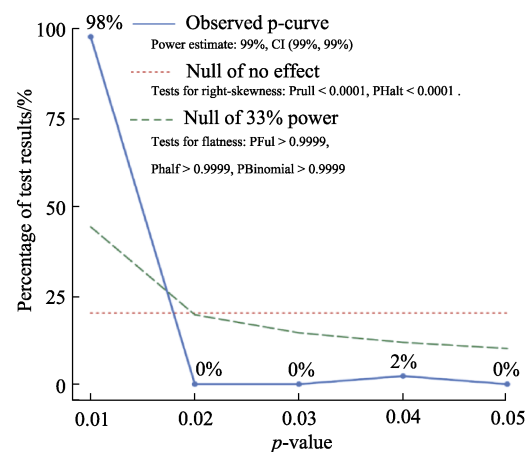


图 2 漏斗图



Note: The observed p-curve includes 44 statistically significant ($p < 0.05$) results, of which 43 are $p < 0.025$. There was one additional result entered but excluded from p-curve because it was $p > 0.05$.

图 3 p-curve 曲线

低于 0.025。结果表明家庭亲密度与幸福感之间的关系存在真实的效应。以上结果说明本研究不存在明显的发表偏倚。

3.3 主效应检验

分析结果表明(图 4),家庭亲密度与幸福感的相关强度为 0.35 (95% CI [0.30, 0.40]),超过了 0.3,表明家庭亲密度与幸福感存在高相关(Funder & Ozer, 2019)。敏感性分析发现,排除任意一个样本后的效果量 r 值在 0.34~0.39 之间波动。综上,元分析结果具有较高的稳定性。此外,本研究参照已有做法(卫旭华, 2021)对家庭亲密度与幸福感是否存在曲线关系进行了检验,结果表明家庭亲密度平均分对效应值的预测结果不显著($b = 0.07$, 95% CI [-0.04, 0.18]),再次说明家庭亲密度与幸福感的关系是稳健的线性关系而非曲线关系。

3.4 调节效应检验

异质性检验表明, Q 值为 1154.46 ($p < 0.001$),

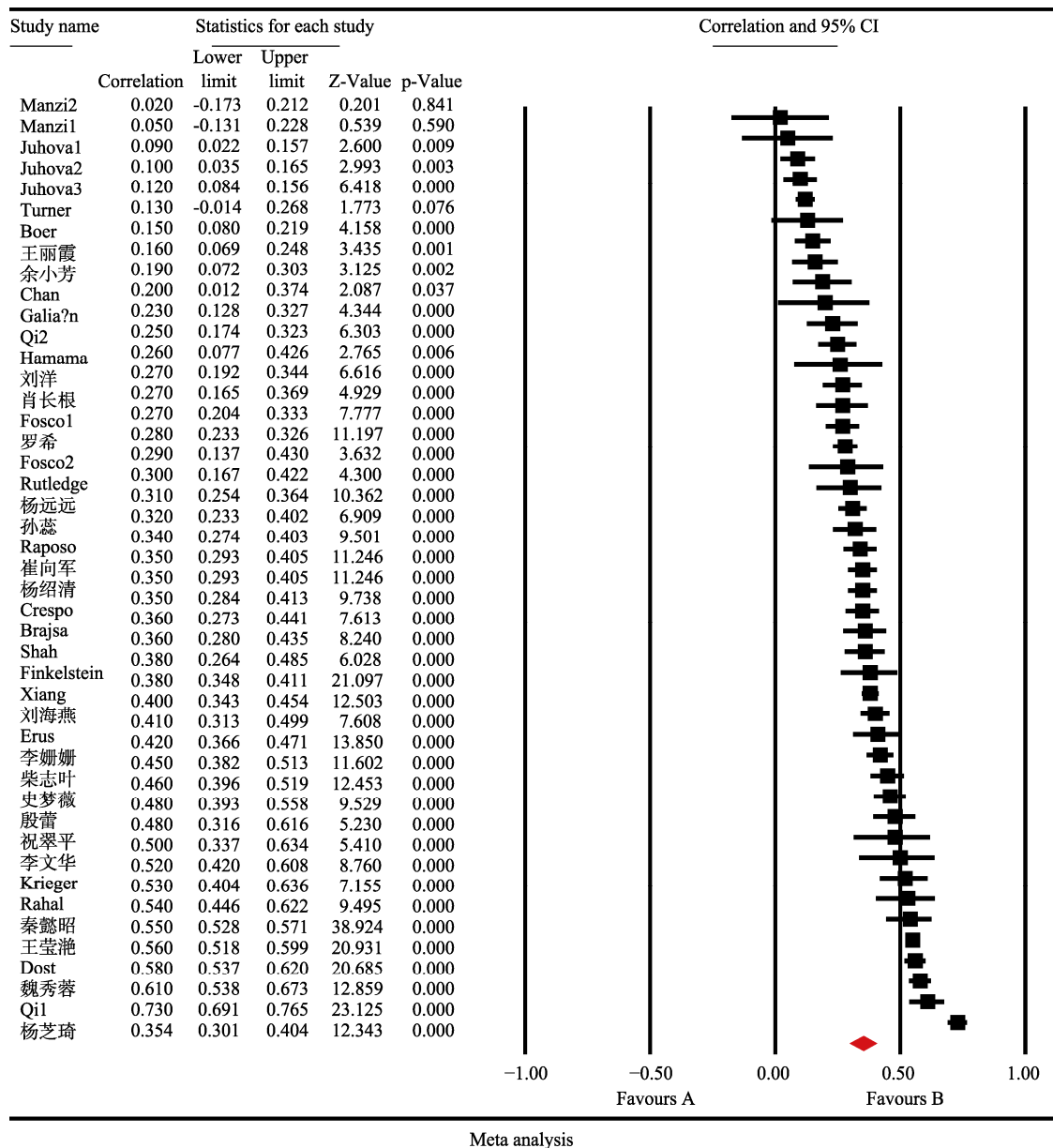


图4 森林图

P 值为 96.19%, 超过了 75% (Huedo-Medina et al., 2006), 表明可进行调节效应分析。调节效应检验结果表明: (a)幸福感测量工具的调节作用显著。ASWBS 所测效应值最高, GWB 所测效应值最低。(b)年龄的调节作用不显著。(c)家庭亲密度测量工具的调节作用不显著。(d)研究设计的调节作用不显著。(e)取样年份的调节作用显著($b = 0.01$, 95% CI [0.004, 0.019])。效应值随取样年份增大而增

加。(f)个体主义指数的调节作用显著($b = -0.01$, 95% CI [-0.011, -0.002])。效应值随个体主义指数的增加而减小。(g)性别的调节作用不显著($b = -0.06$, 95% CI [-0.56, 0.43]) (表 4)。

4 讨论

4.1 家庭亲密度与幸福感的关系

近来诸多研究针对家庭亲密度与幸福感的关

表 4 分类变量调节效应分析结果

调节变量	异质性检验			类别	k	95%置信区间			双侧检验 z
	Q	df	p			估计值	下限	上限	
年龄阶段	0.02	1	0.90	大学生	17	0.35	0.29	0.42	9.56
				中学生	26	0.36	0.29	0.43	9.03
家庭亲密度测量工具	3.38	2	0.19	FACES-II	18	0.43	0.35	0.49	10.33
				FACES-IV	4	0.42	0.21	0.59	3.72
				FES	8	0.35	0.31	0.39	15.25
幸福感测量工具	9.11	3	0.03	ASWBS	3	0.52	0.10	0.78	2.39
				GWB	5	0.29	0.22	0.36	7.73
				PWB	8	0.43	0.36	0.50	10.45
				SWB	3	0.29	0.16	0.42	4.16
设计类型	0.13	1	0.72	横断	42	0.35	0.30	0.41	11.62
				纵向	3	0.34	0.26	0.41	8.03

系进行了探讨,但研究结果却存在较大差异(Chan, 2022; Erus et al., 2024; Finkelstein & Grebelsky-Lichtman, 2022),给该领域的深入研究带来了困扰。本研究借助元分析的方法首次对两者的相关强度从整体上进行了估计,结果表明两者存在高相关。该结果支持了基本心理需要理论和依恋理论的观点(Bowlby, 1969; Deci & Ryan, 2000),未支持环状模型(Olson et al., 1979)的观点,表明家庭亲密度与幸福感存在线性相关,验证了假设 1,即家庭亲密度与幸福感呈现正相关。这是因为亲密度较高的家庭能够为个体提供稳定的情感支持和归属感,从而满足其心理需求,提升幸福感(Qi et al., 2023)。此外,家庭成员之间的高质量互动(如情感表达、共同决策和问题解决)能够增强个体的积极情绪体验,从而提升幸福感(Körün et al., 2025)。最后,亲密度较高的家庭还能够为个体提供有效的社会支持网络,帮助个体应对外部压力和挑战,进一步提升幸福感(Zhang et al., 2024)。

以往元分析发现父母压力($r = -0.40$)、手机成瘾($r = -0.33$)、童年不良经历($r = -0.32$)、恋爱暴力($r = -0.23$)、社会比较($r = -0.20$)、消极教养方式($r = -0.17$)、种族歧视($r = -0.15$)均与幸福感呈显著负相关(Civitillo et al., 2024; Ding et al., 2022; Huang et al., 2024; Rusu et al., 2025; Sánchez-Zafra et al., 2024; Yang et al., 2019; Yeo et al., 2024),而家庭韧性($r = 0.50$)、社会支持($r = 0.40$)、校园归

属感($r = 0.38$)、积极的教养方式($r = 0.32$)、友谊质量($r = 0.28$)则与幸福感呈显著正相关(Huang et al., 2024; Li et al., 2025; Yalçın, 2015; Yuen & Wu, 2024; 牛凯宁 等, 2021)。本结果发现家庭亲密度与幸福感的相关为 0.35,仅低于家庭因素中的父母压力和家庭韧性,说明家庭因素(如家庭韧性、父母压力)在幸福感中的作用显著高于外部因素(如恋爱暴力、友谊质量)或特定行为(手机成瘾)。这是因为家庭作为个体成长和发展的核心环境,不仅通过提供情感和经济支持为个体奠定心理安全感,还通过塑造心理韧性帮助个体获得应对各种挑战的能力(Li et al., 2025),从而对幸福感起到促进作用。

4.2 调节效应分析

从被试特征来看,性别和年龄的调节作用均不显著,未能支持假设 2 和假设 3。就性别而言。随着教育水平的发展和精神文明建设的进步,性别平等观念深入人心(Leter et al., 2024)。这使得性别角色差异逐渐缩小,同男性类似,女性变得愈加独立自主,因而家庭亲密度对女性幸福感的影响不再凸显(唐涵羽 等, 2024)。此外,虽然女性的幸福体验更容易受家庭关系的影响,但女性更容易被同情,会收到外界更多的人文关怀,从而抵御家庭亲密度低下的影响(Bian et al., 2024; 唐涵羽 等, 2024),因此家庭亲密度与男性和女性幸福感的关联相似。最后,性别相似性假设指出,男性和女性在发展过程中展现出的相似性远大于差异

性,因此不同性别的个体在维系家庭亲密关系、从家庭获取情感慰藉等行为上愈发类似(Gang et al., 2025; Hyde, 2005)。这种情感需求与行为模式的相似性,使得家庭亲密度对男性和女性的幸福感的促进作用趋同。就年龄而言,家庭亲密度衍生的情感联结与心理支持,对不同年龄段学生幸福感的促进作用具有跨年龄普适性。无论是面临学业压力与自我认同构建的中学生,还是处于成年初期、需应对学业挑战与社会角色转换的大学生,家庭系统的情感支持功能均能通过共同的作用路径(如缓解学业焦虑、增强自我价值认同)实现幸福感的提升(Gaspar et al., 2022; Xiang et al., 2022)。因此,从生态系统理论的视角来看,家庭亲密度不仅是促进幸福感的重要因素而且是稳定因素(Bronfenbrenner, 1979)。即家庭对个体心理适应的保护作用具有贯穿中学到大学发展阶段的稳定性,不会因个体从青春期向成年期过渡而产生差异(Xiang et al., 2022)。

从文化与时代特征来看,个体主义指数和取样年份的调节效应均显著,支持了假设4和假设5。具体而言,个体主义文化越明显,两者相关程度越弱。与集体主义文化相比,在个体主义文化中,个体将自身视为一个自主的、边界清晰的单元,强调自我表达,情感需求依赖于内在标准的达成(如职业成功、自我实现),而非家庭或集体的认可(Nezlek & Humphrey, 2023)。此外,个体的情绪调节更倾向于自我反思、心理咨询等个体化策略,而非依赖家庭或社群的情感分担(Poulin et al., 2025),因而家庭亲密度与幸福感的关系更弱。就取样年份而言,年份越近,两者的相关系数越大。在数字媒体未普及时,情感交流和社会认同主要依赖面对面互动(Kroencke et al., 2023),家庭成员在分离时难以保持即时、高频的情感连接,导致家庭成员互动受时空限制较(Zuñiga et al., 2024),进而削弱了家庭亲密度与幸福感的关联。随着科技进步,视频通话、虚拟现实(VR)等技术融入日常生活,成为表达情感、建立联系的重要途径,增强了家庭亲密度与幸福感的关联(Nguyen et al., 2022)。

从测量特征来看,本研究发现家庭亲密度测量工具的调节作用不显著,幸福感测量工具的调节作用显著,未支持假设6,支持了假设7。就家庭亲密度测量工具而言,虽然常用的工具如

FACES-II、FACES-IV和FES在题目数量和维度设计上存在差异,但都聚焦于家庭亲密度的核心要素(如家庭成员间的支持程度),因而调节效应不显著(Moos & Moos, 1981; Olson et al., 1982)。就幸福感的测量工具而言,使用ASWBS测得的效应值较高,使用SWB测得的效应值较低。这可能是由于题目数量和测量全面性的差异所致。ASWBS的题目数量不算最多,但测量幸福感的领域较广,除了情绪和生活外,还包括了学业、环境等方面。SWB的题目数量较少,研制时间较早,仅关注了情绪和生活满意程度,因此在测量家庭亲密度与幸福感的关系时,相关较低(Diener et al., 1985; Fazio, 1977)。

就研究设计而言,本研究发现,横向和纵向设计类型并未调节家庭亲密度与幸福感的关系,甚至纵向研究中的效应值略高于横断研究,未支持假设8。该结果与其他研究结果存在差异(Bian et al., 2024),但与拓展建构理论的观点相一致(Fredrickson, 2001),说明家庭亲密度对幸福感具有持久性影响。在纵向研究中,高水平家庭亲密度下频繁的积极互动(如家庭活动、亲子情感表达)能持续扩展个体的心理资源(如乐观、韧性),并建构长期的社会支持网络,从而增强对幸福感的维持能力,因而不会因为时间因素而消退(Fredrickson, 2001)。

4.3 研究意义与局限

本研究有重要的意义。首先,本研究初步澄清了目前基本心理需要理论、依恋理论和环状模型之间的争论,发现家庭亲密度与幸福感呈高度正相关,表明家庭亲密度是幸福感的重要因素。该结果提示提升幸福感应注重家庭成员间的情感联结与深度沟通,营造相互理解与支持的家庭环境,培育尊重与包容的家风。其次,本研究发现幸福感的测量会影响其与家庭亲密度的关系。因此,在测量幸福感时应注重选择合适的工具,以准确反映其与其他现象间的关系。最后,研究发现取样年份与个体主义指数能够影响家庭亲密度与幸福感的关系。这表明提升幸福感需关注社会变迁对家庭结构的影响及文化价值观的作用。心理健康工作者和政策制定者应结合时代与文化背景,设计灵活的家庭支持计划,帮助家庭成员建立稳固情感纽带,同时尊重个体独立性,构建更具韧性的家庭支持系统,提升幸福感。

然而,本研究也存在一些局限。首先,本研究仅探讨了家庭亲密度与一般性幸福感的关系。未来可进一步细分,研究其与特定领域幸福感(如社会幸福感、数字幸福感、心理幸福感等)的关联。其次,本研究仅分析了家庭亲密度与幸福感的关系,未考察心理变量(如社会支持、心理韧性等)的影响。未来可做进一步探讨。最后,本研究纳入的原始研究大都属于自我报告的横断研究,仅关注了家庭亲密度与幸福感的关联强度,未来可进一步揭示两者间的因果关系。

5 结论

本研究发现家庭亲密度与幸福感存在高相关,家庭成员越亲密,个体的幸福体验越强。此外,年份越近,集体主义氛围越浓厚的地区,家庭亲密度与幸福感的关联越强。另外,幸福感测量工具能够影响家庭亲密度与幸福感的关系,使用ASWBS测量的相关性最强。最后,家庭亲密度与幸福感的关系不受性别、年龄、家庭亲密度测量工具和研究设计的调节。

参考文献

(*标记文献为纳入元分析的文献)

- *柴志叶. (2017). 高中生家庭功能、自尊和心理幸福感的关系研究 [硕士学位论文]. 河北师范大学, 石家庄.
- *崔向军, 崔建强, 许春梅, 杨绍清. (2010). 城镇初中生幸福感特点及其与家庭环境的关系. *中国健康心理学杂志*, 18(4), 449-451. <https://doi.org/10.13342/j.cnki.cjhp.2010.04.032>
- *李姗姗. (2024). 家庭功能对初中生心理幸福感的影响: 个人成长主动性的中介作用及干预 [硕士学位论文]. 云南师范大学, 昆明.
- *李文华, 王丽萍, 苑杰. (2014). 大学生主观幸福感与家庭亲密度和适应性的关系. *中国健康心理学杂志*, 22(7), 1067-1070. <https://doi.org/10.13342/j.cnki.cjhp.2014.07.043>
- *刘海燕. (2020). 新冠肺炎疫情下大学生幸福度测量及家庭功能的伦理解析. *昆明理工大学学报(社会科学版)*, 20(4), 24-32. <https://doi.org/10.16112/j.cnki.53-1160/c.2020.04.004>
- *刘洋, 许红芝. (2015). 临床医学专业本科生家庭环境、心理韧性与主观幸福感的关系研究. *中国全科医学*, 18(19), 2346-2349. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1007-9572.2015.19.024>
- *罗希. (2020). 中职学生家庭环境、班级环境与主观幸福感的现状及关系研究 [硕士学位论文]. 福建师范大学, 福州.
- 牛凯宁, 李梅, 张向葵. (2021). 青少年友谊质量和主观幸福感的关系: 一项元分析. *心理发展与教育*, 37(3), 407-418.

- <https://doi.org/10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2021.03.12>
- *秦懿昭, 俸华, 张月. (2024). 大学生家庭功能与积极心理健康水平的调查研究. *心理月刊*, 19(17), 100-102+108. <https://doi.org/10.19738/j.cnki.psy.2024.17.025>
- *史梦薇, 蔡菲, 李强, 罗国宾. (2020). 家庭功能对大学生心理幸福感的影响: 手机依赖和同伴信任的多重中介作用. *中国社会心理学评论*, 18(1), 51-60.
- *孙蕊. (2016). 大学生主观幸福感和家庭亲密度、学业情绪的关系 [硕士学位论文]. 河南大学, 郑州.
- 唐涵羽, 张阔, 李霞. (2024). 感知社会支持与网络欺负的关系: 一项元分析. *应用心理学*. <https://doi.org/10.20058/j.cnki.CJAP.023208>
- *王丽霞. (2016). 大学生心理弹性的保护性因素: 社会支持、家庭亲密度及适应性、情绪调节方式的作用机制研究 [硕士学位论文]. 西南大学, 重庆.
- *王莹滢, 郭成, 王亭月, 彭于珏, 付波. (2023). 家庭亲密度对中职生心理幸福感的影响: 心理韧性与生命意义的作用. *西南大学学报*, 45(2), 12-19. <https://doi.org/10.13718/j.cnki.xdzk.2023.02.002>
- *魏秀蓉. (2019). 家庭功能对初中生幸福感的影响: 情绪智力与自尊的中介作用 [硕士学位论文]. 广州大学.
- 卫旭华. (2021). *组织与管理研究中的元分析方法*. 北京: 科学出版社
- *肖长根, 肖景. (2018). 大学生主观幸福感与家庭亲密度和适应性的相关研究. *家庭生活指南*, (8), 186.
- *杨绍清. (2006). 城镇初中生幸福感的特点及家庭因素对其的影响研究 [硕士学位论文]. 河北师范大学, 石家庄.
- *杨远远. (2020). 家庭仪式对中学生主观幸福感的影响——家庭亲密度和家庭支持的中介作用 [硕士学位论文]. 河南大学, 郑州.
- *杨芝琦. (2023). 家庭亲密度对初中生主观幸福感的影响——社会联结和自我概念清晰性的中介作用 [硕士学位论文]. 山西大学, 太原.
- 叶静, 张戎凡. (2021). 老年人心理韧性与幸福感的关系: 一项元分析. *心理科学进展*, 29(2), 202-217. <https://dx.doi.org/10.3724/SP.J.1042.2021.00202>
- *殷蕾. (2019). 高中生家庭功能、人际信任与心理幸福感的关系研究 [硕士学位论文]. 扬州大学.
- *余小芳, 雷良忻. (2004). 民办高校学生主观幸福感与人格、家庭功能关系研究. *中国学校卫生*, 25(3), 269-270.
- 俞国良. (2024). 心理健康问题的当代诠释: 学理与系统视角. *北京师范大学学报(社会科学版)*, (2), 29-43.
- 俞国良, 李建良, 王勃. (2018). 生态系统理论与青少年心理健康教育. *教育研究*, 39(3), 110-2117.
- 张兴贵, 何立国, 郑雪. (2004). 青少年学生生活满意度的结构和量表编制. *心理科学*, 27(5), 1257-1260. <https://doi.org/10.16719/j.cnki.1671-6981.2004.05.068>
- 张亚利, 张建根, 李红霞, 姜永志. (2022). 社会经济地位与抑郁的关系: 系统综述和元分析. *心理科学进展*, 30(12), 2650-2665. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2022.02650>
- *祝翠平. (2019). 农村初中生家庭亲密度、应对方式和主观幸福感的关系研究 [硕士学位论文]. 广西师范大学, 桂林.
- Avola, P., Soini-Ikonen, T., Jyrkiäinen, A., & Pentikäinen, V. (2025). Interventions to teacher well-being and burnout a

- scoping review. *Educational Psychology Review*, 37, Article 11. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-09986-2>
- Balada, F., Aluja, A., García, Ó., Aymamí, N., & García, L. F. (2024). Gender differences in prefrontal cortex response to negative emotional stimuli in drivers. *Brain Sciences*, 14(9), Article 884. <https://doi.org/10.3390/brainsci14090884>
- Bellini, D., Mascia, M. L., Conti, R., & Penna, M. P. (2025). Smartphone overuse and distraction: Which relationship with general well-being across different generations? *BMC Public Health*, 25(1), Article 427. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-21269-z>
- Bian, Y., Jin, K., & Zhang, Y. (2024). The association between family cohesion and depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 355, 220–230. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.138>
- *Boer, D., & Abubakar, A. (2014). Music listening in families and peer groups: Benefits for young people's social cohesion and emotional well-being across four cultures. *Frontiers in Psychology*, 5, Article 392. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00392>
- Bowlby, J. M. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (Vol. 1). New York: Basic Books.
- *Brajsa-Zganec, A., Lipovcan, L. K., Ivanovic, D., & Larsen, Z. P. (2017). Well-being of nursing students: Role of affect regulation, self-esteem, family cohesion and social support. *The Open Public Health Journal*, 10, 69–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.2174/1874944501710010069>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Card, N. A. (2012). *Applied meta-analysis for social science research*. New York: Guilford Press.
- *Chan, R. C. H. (2022). Dyadic associations between COVID - 19 - related stress and mental well - being among parents and children in Hong Kong: An actor-partner interdependence model approach. *Family Process*, 61(4), 1730–1748. <https://doi.org/10.1111/famp.12760>
- Chen, S.-M., Gu, B.-B., Mei, X.-Z., & Zhou, Y.-Y. (2025). Effects of father and mother involvement on adolescents' emotional well-being and their differences. *Child Indicators Research*, 18, 847–865. <https://doi.org/10.1007/s12187-025-10220-2>
- Chiang, S.-C., Ting, S.-J., Hung, Y.-F., Sung, Y.-H., & Chen, W.-C. (2024). The role of family conflict and school problems in adolescent emotion dynamics. *Journal of Child and Family Studies*, 33(3), 877–887. <https://doi.org/10.1007/s10826-024-02797-z>
- Civitillo, S., Mayer, A.-M., & Jugert, P. (2024). A systematic review and meta-analysis of the associations between perceived teacher-based racial-Ethnic discrimination and student well-being and academic outcome. *Journal of Educational Psychology*, 116(5), 719–741. <https://doi.org/10.1037/edu0000818>
- *Crespo, C., Kielpikowski, M., Pryor, J., & Jose, P. E. (2011). Family rituals in New Zealand families: Links to family cohesion and adolescents' well-being. *Journal of Family Psychology*, 25(2), 184–193. <https://doi.org/10.1037/a0023113>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01
- Deng, S., Su, J., Yang, H., Liang, J., & Zhu, S. (2025). Urban built environment and its impact on university students' loneliness: A mechanistic study. *Frontiers in Public Health*, 13, Article 1514820. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1514820>
- Diekmann, A. B., & Eagly, A. H. (2000). Stereotypes as dynamic constructs: Women and men of the past, present, and future. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(10), 1171–1188. <https://doi.org/10.1177/0146167200262001>
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1105–1117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.5.1105>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Ding, Y., Huang, H., Zhang, Y., Peng, Q., Yu, J., Lu, G., Wu, H., & Chen, C. (2022). Correlations between smartphone addiction and alexithymia, attachment style, and subjective well-being: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 971735. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.971735>
- *Dost - Gözkan, A. (2021). The gratification of psychological needs and well - being among Turkish adolescents: An examination of direct and indirect links. *Journal of Research on Adolescence*, 31(1), 52–70. <https://doi.org/10.1111/jora.12582>
- Egger, M., Smith, G. D., Schneider, M., & Minder, C. (1997). Bias in meta-analysis detected by a simple, graphical test. *British Medical Journal*, 315(7109), 629–634. <https://doi.org/10.1136/bmj.315.7109.629>
- *Erus, S. M., Uygun, E. G., Deniz, M. E., & Satici, S. A. (2024). Adverse childhood experiences and subjective happiness: Half-longitudinal mediation role of family sense of coherence. *Personality and Individual Differences*, 230, Article 112810. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112810>
- Fazio, A. (1977). *A concurrent validation study of the NCHS General Well-Being Schedule*. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics.
- Feng, L., & Tan, Y. (2023). Understanding the impact of

- parental involvement subtypes on Chinese preschool children's language ability. *Current Psychology*, 42, 31434–31447. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04176-7>
- *Finkelstein, I., & Grebelsky-Lichtman, T. (2022). Adolescents in divorced families: The interplay of attachment patterns, family environment, and personal characteristics. *Journal of Divorce & Remarriage*, 63(2), 120–149. <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1993017>
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- *Fosco, G. M., Caruthers, A. S., & Dishion, T. J. (2012). A six-year predictive test of adolescent family relationship quality and effortful control pathways to emerging adult social and emotional health. *Journal of Family Psychology*, 26(4), 565–575. <https://doi.org/10.1037/a0028873>
- *Fosco, G. M., & Lydon-Staley, D. M. (2020). Implications of family cohesion and conflict for adolescent mood and well-being: Examining within- and between-family processes on a daily timescale. *Family Process*, 59(4), 1672–1689. <https://doi.org/10.1111/famp.12515>
- Funder, D. C., & Ozer, D. J. (2019). Evaluating effect size in psychological research: Sense and nonsense. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, 2(2), 156–168. <https://doi.org/10.1177/2515245919847202>
- *Galián, M. D., & Ato, E. (2023). The mediating role of negative affect in the relationship between family functioning and subjective happiness in Spanish college students. *Annals of Psychology*, 39(2), 239–251. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.069>
- Gang, H., Anderson, M. H., & Summers, J. K. (2025). Do women have lower core self-evaluations than men? A meta-analytic review of sex differences across cultures and over time. *Personality and Individual Differences*, 243, Article 113121. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2025.113121>
- Gaspar, T., Cerqueira, A., Guedes, F. B., & de Matos, M. G. (2022). Parental emotional support, family functioning and children's quality of life. *Psychological Studies*, 67(2), 189–199. <https://doi.org/10.1007/s12646-022-00652-z>
- *Hamama, L., & Arazi, Y. (2012). Aggressive behaviour in at-risk children: Contribution of subjective well-being and family cohesion. *Child & Family Social Work*, 17(3), 284–295. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2011.00779.x>
- Harty, B., Gustafsson, J.-A., Thorén, M., Möller, A., & Björkdahl, A. (2025). Development of a gratitude intervention model and investigation of the effects of such a program on employee well-being, engagement, job satisfaction and psychological capital. *Work*, 80(1), 233–246. <https://doi.org/10.3233/wor-220604>
- Huang, K. J. (2024). Does valuing happiness lead to well-being? *Psychological Science*, 35(10), 1155–1163. <https://doi.org/10.1177/09567976241263784>
- Huang, L., Wu, W., & Yang, F. (2024). Parenting style and subjective well-being in children and youth: A meta-analysis. *Psychological Reports*, 21, Article 6883. <https://doi.org/10.1177/00332941241256883>
- Huedo-Medina, T. B., Sánchez-Meca, J., Marín-Martínez, F., & Botella, J. (2006). Assessing heterogeneity in meta-analysis: Q statistic or I² index? *Psychological Methods*, 11(2), 193–206. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.11.2.193>
- Hunter, J. E., & Schmidt, F. L. (1990). *Methods of meta-analysis: Correcting error and bias in research findings*. Sage.
- Hyde, J. S. (2005). The gender similarities hypothesis. *American Psychologist*, 60(6), 581–592. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.6.581>
- Jessen-Winge, C., Christensen, C. S., & Waehrens, E. E. (2025). The influence on daily occupations of Danish adolescents experiencing stress. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 32(1), Article 2472382. <https://doi.org/10.1080/11038128.2025.2472382>
- *Juhová, D. S., Šerek, J., Macek, P., & Lacinova, L. (2023). Volunteering in three cohorts of Czech adolescents: The socialization roles of family, school, and associations. *Applied Developmental Science*, 29(2), 110–126. <https://doi.org/10.1080/10888691.2023.2296684>
- Khosravi, A., & Namani, E. (2022). Investigating the structural model of the relationship between self-compassion and psychological hardiness with family cohesion in women with war-affected spouses: The mediating role of self-worth. *Contemporary Family Therapy*, 44(3), 276–283. <https://doi.org/10.1007/s10591-021-09579-5>
- Körün, A. B., Satici, S. A., & Keitner, G. I. (2025). Adaptation of general family functioning assesment device (GF-FAD): Its association with family adaptability, family belongingness and mental well being. *Current Psychology*, 44, 6798–6810. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07673-7>
- *Krieger, A. (2011). *The role of family functioning in ethnic identity and well-being in Jewish late adolescent women* [Unpublished doctoral dissertation]. University of Rhode Island, Kingston.
- Kroencke, L., Harari, G. M., Back, M. D., & Wagner, J. (2023). Well-being in social interactions: Examining personality-situation dynamics in face-to-face and computer-mediated communication. *Journal of Personality and Social Psychology*, 124(2), 437–460. <https://doi.org/10.1037/pspp0000422>
- *La Rosa, V. L., Tornatore, M., & Commodari, E. (2024). Exploring the interplay between individual and family functioning during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Current Psychology*, 43, 33578–33591. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06058-6>
- Lee, H. A., Wan, C., & Yang, Y. (2025). Fear of happiness and emotion regulation: Implications for personal and relational well-being. *Asian Journal of Social Psychology*,

- 28(1), Article e12672. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12672>
- Lesinskiene, S., Šambaras, R., Ridzvanavičiūtė, I., Jūraitytė, I., Skabeikaitė, S., Stanelytė, U., & Kubilevičiūtė, M. (2025). Sense of happiness and wellness among adolescents and their school environment. *Children-Basel*, 12(1), Article 68. <https://doi.org/10.3390/children12010068>
- Leter, T. L. M., Ellis-Davies, K., Rubio, B., Vecho, O., Bos, H. M. W., Lamb, M. E., & Van Gelderen, L. V. R. (2024). Parental positive affect and negative affect in same- and different-sex parent families: No associations with parental gender and caregiving role. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1332758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1332758>
- Li, R., Wu, D., Zhu, L., Mi, T., Jia, S., & Ren, Z. (2025). The association between family resilience and psychological well-being during the COVID-19 pandemic: A three-level meta-analysis. *Journal of Health Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/13591053241311572>
- Light, R. J., & Pillemer, D. B. (1984). *In Summing up: The science of reviewing research*. Cambridge, MA: Harvard University Press
- Lu, H. J., Zhu, N., Chen, B. B., & Chang, L. (2024). Cultural values, parenting, and child adjustment in China. *International Journal of Psychology*, 59(4), 512–521. <https://doi.org/10.1002/ijop.13100>
- *Manzi, C., Vignoles, V. L., Regalia, C., & Scabini, E. (2006). Cohesion and enmeshment revisited: Differentiation, identity, and well-being in two European cultures. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 673–689. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2006.00282.x>
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.98.2.224>
- Moos, R. H., & Moos, B. A. (1981). *Manual for the Family Environment Scale*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Nezlek, J. B., & Humphrey, A. (2023). Individualism, collectivism, and well-being among a sample of emerging adults in the United States. *Emerging Adulthood*, 11(2), 520–524. <https://doi.org/10.1177/21676968211054596>
- Nguyen, M. H., Gruber, J., Marler, W., Hunsaker, A., Fuchs, J., & Hargittai, E. (2022). Staying connected while physically apart: Digital communication when face-to-face interactions are limited. *New Media & Society*, 24(9), 2046–2067. <https://doi.org/10.1177/1461444820985442>
- Oishi, S., & Graham, J. (2010). Social ecology: Lost and found in psychological science. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 356–377. <https://doi.org/10.1177/1745691610374588>
- Olson, D. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64–80. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x>
- Olson, D., Portner, J., & Bell, R. (1982). *Family Adaptability and Cohesion Scale - second edition (FACES II)*. Minneapolis: University of Minnesota.
- Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process*, 18(1), 3–28. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *British Medical Journal*, 372, Article n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Planalp, E. M., Nowak, A. L., Tran, D., Lefever, J. B., & Braungart-Rieker, J. M. (2022). Positive parenting, parenting stress, and child self-regulation patterns differ across maternal demographic risk. *Journal of Family Psychology*, 36(5), 713–724. <https://doi.org/10.1037/fam0000934>
- Poulin, M. J., Ministerio, L. M., Shaffer-Morrison, C. D., Finnerty, K., Mei, L., Zedoni, I. N., & Gabriel, S. (2025). Trait Mindfulness and Prosocial Behavior: The Moderating role of self-construals and individualism. *Mindfulness*, 16, 823–832. <https://doi.org/10.1007/s12671-024-02512-5>
- *Qi, W., Shi, J., & Cui, L. (2022). Parental optimism improves youth psychological well-being: Family cohesion and youth optimism as serial mediators. *Healthcare*, 10(10), Article 1832 <https://doi.org/10.3390/healthcare10101832>
- *Qi, W., Shi, J., & Cui, L. (2023). Family contagion of mental toughness and its influence on youth mental well-being: Family cohesion as a moderator. *Personality and Individual Differences*, 202, Article 111963. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111963>
- *Rahal, D., & Fosco, G. M. (2024). Positive well-being and dampened emotional reactivity to daily family conflict and family cohesion. *Child Development*, 96(2), 797–811. <https://doi.org/10.1111/cdev.14206>
- *Raposo, B., & Francisco, R. (2022). Emotional (dys) regulation and family environment in (non) clinical adolescents' internalizing problems: The mediating role of well-being. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 703762. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.703762>
- Rusu, P. P., Candel, O.-S., Bogdan, I., Ilciuc, C., Ursu, A., & Podina, I. R. (2025). Parental stress and well-being: A meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 28, 255–274. <https://doi.org/10.1007/s10567-025-00515-9>
- *Rutledge, C. M., Davies, S. M., & Davies, T. C. (1994). Family dysfunction and the well-being of medical students. *Family Systems Medicine*, 12(2), 197–204. <https://doi.org/10.1037/h0089097>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>
- Sánchez-Zafra, M., Gómez-López, M., Ortega-Ruiz, R., &

- Viejo, C. (2024). The association between dating violence victimization and the well-being of young people: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Violence, 14*(3), 158–173. <https://doi.org/10.1037/vio0000499>
- Seryjová Juhová, D., Šerek, J., Macek, P., & Lacinová, L. (2023). Volunteering in three cohorts of czech adolescents: The socialization roles of family, school, and associations. *Applied Developmental Science, 29*(2), 110–126. <https://doi.org/10.1080/10888691.2023.2296684>
- Simonsohn, U., Nelson, L. D., & Simmons, J. P. (2014). P-curve: A key to the file-drawer. *Journal of Experimental Psychology: General, 143*(2), 534–547. <https://doi.org/10.1037/a0033242>
- * Shah, S., Choi, M., Miller, M., Halgunseth, L. C., van Schaik, S. D., & Brenick, A. (2021). Family cohesion and school belongingness: Protective factors for immigrant youth against bias - based bullying. *New Directions for Child and Adolescent Development, 177*, 199–217. <https://doi.org/10.1002/cad.20410>
- Stern, C., Lizarondo, L., Carrier, J., Godfrey, C., Rieger, K., Salmond, S., ... Loveday, H. (2020). Methodological guidance for the conduct of mixed methods systematic reviews. *JBIM Evidence Synthesis, 18*(10), 2108–2118. <https://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000282>
- Tu, Y., Su, Y., Yang, K., Jin, L., Li, B., Chen, W., ... Wu, D. (2025). The role of depression and interpersonal trust between anxiety and social avoidance among college students: A structural equation model. *Current Psychology, 44*, 3420–3431. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-07261-1>
- *Turner, F. D. (2015). *The relationship between adolescent well-being and commitment to family-of-origin* [Unpublished master's thesis]. University of Pretoria, South Africa.
- Woods, S. B., Hiefner, A., Roberson, P. N., Zahra, N., Arnold, E. M., & Udezi, V. (2023). Depressed mood and environmental mastery as potential pathways linking family relationship quality and disease self-management for African Americans with hypertension. *Family Process, 62*(1), 230–253. <https://doi.org/10.1111/famp.12789>
- *Xiang, G., Li, Q., Du, X., Liu, X., Xiao, M., & Chen, H. (2022). Links between family cohesion and subjective well-being in adolescents and early adults: The mediating role of self-concept clarity and hope. *Current Psychology, 41*(1), 76–85. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00795-0>
- Xin, S., Zhang, Y., Sheng, L., Zhao, T., & Peng, H. (2023). The impact of social change on the decreasing trend of subjective well-being in Chinese adolescents: A cross-temporal meta-analysis. *Children and Youth Services Review, 150*, Article 106988. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.106988>
- Yalçın, İ. (2015). Relationships between well-being and social support: A meta analysis of studies conducted in Turkey. *Turkish Journal of Psychiatry, 26*(1), 21–32. <https://doi.org/10.5080/u7769>
- Yang, F.-R., Wei, C.-F., & Tang, J.-H. (2019). Effect of Facebook social comparison on well-being: A meta-analysis. *Journal of Internet Technology, 20*(6), 1829–836. <https://doi.org/10.3966/160792642019102006013>
- Yaqoob, S., Ishaq, M. I., Mushtaq, M., & Raza, A. (2023). Family or otherwise: Exploring the impact of family motivation on job outcomes in collectivistic society. *Frontiers in Psychology, 14*, Article 889913. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.889913>
- Yeo, G., Lansford, J. E., Hirshberg, M. J., & Tong, E. M. W. (2024). Associations of childhood adversity with emotional well-being and educational achievement: A review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders, 347*, 387–398. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.11.083>
- Yu, B., Tong, J., & Guo, C. (2025). Association between parental phubbing and adolescents' depression: Roles of family cohesion and resilience. *Children and Youth Services Review, 169*, Article 108082. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.108082>
- Yuen, M., & Wu, L. J. (2024). Relationship between school connectedness and psychological well-being in adolescents: A meta-analysis. *Current Psychology, 43*, 10590–10605. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05164-1>
- Zentner, K. E., Lee, H., Dueck, B. S., & Masuda, T. (2023). Cultural and gender differences in social anxiety: The mediating role of self-construals and gender role identification. *Current Psychology, 42*, 21363–21374. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03116-9>
- Zhang, J., Chang, B., & Fang, J. (2025). Awe influences prosocial behavior and subjective well-being through the quiet ego. *Journal of Happiness Studies, 26*, Article 2. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00834-8>
- Zhang, X., Abbas, J., Shahzad, M. F., Shankar, A., Ercisli, S., & Dobhal, D. C. (2024). Association between social media use and students' academic performance through family bonding and collective learning: The moderating role of mental well-being. *Education and Information Technologies, 29*(11), 14059–14089. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-12407-y>
- Zhou, S., Liu, G., Huang, Y., Huang, T., Lin, S., Lan, J., Yang, H., & Lin, R. (2023). The contribution of cultural identity to subjective well-being in collectivist countries: A study in the context of contemporary Chinese culture. *Frontiers in Psychology, 14*, Article 1170669. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1170669>
- Zuñiga, M. L., Mulholland, K., Lewin-Fischer, P., Roman, I. M. S., Toledo, L., & Urada, L. (2024). Examining the effects of parental migration on youth mental health and substance use: A qualitative study in rural Yucatán, México. *Frontiers in Psychiatry, 15*, Article 1368619. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1368619>

The relationship between family cohesion and well-being: A systematic review and meta-analysis

GU Yipeng, LIU Jinyuan, ZHANG Yali, LI Weihe

(Department of Psychology, Hebei Normal University, Shijiazhuang 050024, China)

Abstract: Numerous studies have examined the relationship between family cohesion and well-being, yet findings remain inconsistent. This study conducted a meta-analysis using a random-effects model on 42 studies (comprising 45 independent samples). The results revealed a strong correlation between family cohesion and well-being ($r = 0.35$, 95% CI [0.30, 0.40]). The strength of this association was moderated by measurement tools for family cohesion, individualism index, and sampling year, but not by age, gender, measurement tools for well-being, as well as study design type. These findings partially clarify the debates among attachment theory, basic psychological need theory, and the circumplex model, suggesting that well-being increases with higher levels of family cohesion.

Keywords: family cohesion, family atmosphere, family environment, well-being, meta-analysis